Sul P 59412/B

GYMNASTICS

Johann Christoph Friedrich GUTSMUTHS
Turnbuch für die Söhne des Vaterlandes.
Frankfurt 1817
+ folding engraved plates

BM vol XI p 334 col 860

Turnbuch

für die

Söhne des Vaterlandes.

Von

Joh. Chr. Fried. Guts Muths.

Mit vier Kupfertafeln.

Frankfurt am Mayn
bei den Gebrüdern Wilmans.
1817.

Wellcome Library

E.F. BIBLIOTHEK

Den

Fürsten und dem Volke

des

Deutschen Bundes

gewidmet

von dem Verfasser.

Vorbericht.

Der Grundgedanke dieses Buchs geht auf Vorbereitung des Vaterlandsvertheidigers, daher hier kein Wort von allgemeiner Menschenbildung in Hinsicht auf den Leib. Eine rein erziehliche Gymnastik, die ihren Zweck ganz allein in die Entwickelung leiblicher Fähigkeiten zu setzen hat, so daß dieser durchaus nur zurückgeht auf den Körper dessen, der sich übt, eine solche wollt ich hier nicht, sondern Turnkunst, welche, bey jener Entwickelung, in Gestalt und Gehalt der Aufgaben immer den besondern Zweck des künftigen Vertheidigers festhält und dadurch zu einer Vorschule der rein kriegerischen Uebungen wird. Zu jener brach ich schon vor 23 Jahren die Bahn und ebnete sie mehr vor 12. Man hat diese Uebungen zu meiner Freude weit und breit aufgenommen. Jetzt mahnte mich das letzte Wort meiner Gymnastik: (Ende Vorrede) „Nicht wurzeln, wo wir stehn, nein weiterschreiten!“ und daran mocht ich mich halten.

Hier ist mir die Turnkunst ein lustiges Kriegen und Kämpfen. Statt der feindlichen Schaar, die beym Großen zu überwinden, setzen sich hier der Jugend körperliche Hindernisse entgegen zum Besiegen; aber hier soll nicht, wie bey der reinen Gymnastik, bloß die Gliederkraft und leibliche Kunst und neben diesen der zum fröhlichen Wagen gereizte Muth, die Ausdauer im Ertragen, nicht bloß der Wettkampf der Kraft und Gegenkraft der Turnkunst gnügen; sie will und soll — so viel als möglich — geregelten Verein Vieler zu einem Stück Arbeit, Abgemessenheit der Kraftäußerung; selbst durch die Natur ihrer Aufgaben strebt sie — wo immer es seyn kann, zum Wehrzweck hinüber, nicht bloß bey Uebungen, aus denen die Wehrkunst von selbst heraus blickt, wie beym Büchsenschuß, sondern selbst bey ganz entgegengesetzten, z. B. bey den Uebungen der Sinnenkraft. Eine treffliche Vorschule ist schon die reine Gymnastik, daß sie es aber noch weit mehr werden könne durch näheres Anschmiegen an die Kriegsübungen, ohne das heilige Jugend- und Menschenrecht der freien Entwickelung zu verletzen, und daß sie so zur rechten Vorschule und echten Turnkunst werden könne, ist mir gewiß. Aus diesem Gesichtspunkte sprach ich im vorigen Jahre in der ersten Ankündigung dieses Buchs das Wort: „Die rein pädagogischen Leibesübungen müssen in einem Turnbuche unter strenger Auswahl gehalten, als Grundlage der Turnübungen aufgestellt ꝛc. werden; aber gerade der Grund-

gedanke des Kriegs, der das einzeln Schwache zur ungeheuern Kraft steigert, muß sich sodann ihrer bemächtigen, und sie in Turnübungen umwandeln." Dieß Wort hoff' ich hier gelöst zu haben. — Bis zur Vollkommenheit? — Ich selbst glaube das nicht! aber angebrochen ist die Bahn. Auch die Zeit, nicht bloß die Erde lagert sich auf die Wurzeln des werdenden Baums und treibt Stamm und Krone zur Vollkommenheit hinan; daß er nicht gleich in ganzer Größe und Vollkommenheit aus dem zersprengten Samenkorn hervorspringe, liegt in der Natur aller Dinge. Ich bin dabey unbesorgt, er wird sich entwickeln, er wird selbst den heimlichen Benagern, die großäugig und kleinherzig sich so gern mit nagendem Zahn auf seine Rinde werfen, widerstehn, wenn nur seine Pfleger selbst weislich thun, und im redlichen Eifer sein Gewurzel nicht durch zu hitzige Mittel zu treiben suchen.

Ueber die in den oben angeführten Worten versprochene strenge Auswahl bemerk' ich: Schon der Fünfkampf des alten Griechenlands sagt, wie sich die Turnkraft an wenigen Uebungen zu entwickeln vermöge. Es ist daher gerade nicht unrecht, vor einer gar zu großen Vermannichfaltigung der Uebungen ein wenig zu warnen, wie vor dem Vielerley der Geistesschule. Fast eben so gränzenlos und unzählbar, wie die Uebungen des Geistes, sind die des Leibes; aber Alles lernen wollen, ist Thorheit, und alles Mögliche üben wollen, dieselbe. In einem Turnbuche darf man sich jedoch nicht auf gar

wenig Stücke beschränken, damit jeder wählen könne aus dem Mannichfaltigen. Dennoch aber habe ich viel weggeschnitten, was dem gelehrten Erzieher anheimfällt, oder was sich für den Turnplatz weniger eignet, und Manches mit strengem Ernst vereinfacht u. s. w.

Findet Mancher im Buche nicht gerade alles, was er erwartet und sucht: so bemerke ich dagegen dieses. In einem solchen Turnbuche kann man ungemein viel Gegenstände zur Verhandlung bringen, will man verhandeln, was da hinein paßlich und schicklich ist; ja noch mancher Stoff liegt mir überarbeitet zur Hand. Nicht bloß der Raum, der meinem Versprechen gemäß einer möglichst deutlichen Darstellung der Hauptsache gewidmet werden mußte, war zu berücksichtigen, auch andere Gründe machten es räthlich, manche bestimmende Dinge, die ich wohl gern verhandelte, hier für jetzt zu beseitigen. Manches käme zu früh am Tage, es gibt eine Zeit des Augenreibens; Manches widerstrebt wohl der Oertlichkeit; Vieles findet der bedachtsame Verstand in den deutschen Gauen von selbst; in Anderm mochte ich gern dem braven Jahn das Wort lassen; und endlich, Freunde! was das Beste ist, vieles in der Welt macht sich von selbst und kömmt von selbst. Pflanzt, pflegt, und ihr dürft hoffen; es entwickelt sich schöner und besser von selbst, als durch andringliches Aufklauben der Knospen vor der Zeit. Ich lasse nicht von dem Gedanken; frey und frank entwickele sich die edle Turnkunst in den deutschen Gauen, so und so, mannichfaltig, gau-

artig, wie eine Sprache in ihrer Kindheit. Hier und dort, bey Dorf und Stadt, wo etwas Wichtiges geschehn, das dem Andenken lebendig bleiben soll, trete sie bescheiden als Turnfest auf, wenigstens für die Jugend des Ortes. Der Volkslehrer, bey dessen Orte schon Turnübungen im Gange sind, kann ein solches ohne Schwierigkeit veranstalten; denn nicht von Schmausen ist die Rede, sondern von Anregung vaterländischer Gesinnung und von lebendiger Ueberlieferung des Geschehenen. *)

Dergleichen besondere Feste für die Jugend sollen jedoch anderweitigen allgemeinen Volksfesten nicht hinderlich seyn, vielmehr förderlich nach obiger Art.

Wie wohl dem geistig reifern Menschen das ganze Leben ein Fest seyn mag vom Aufgang bis Niedergang durch — freie Thätigkeit; so gehören dennoch eigentliche Feste zu den Herrlichkeiten eines Volks. Der christliche Mensch hat deren seit uralter Zeit; geistige Lebenserhöhungen aus dem Irdischen, Vorfeiern des Lebens jenseits. Vortrefflich! — Aber auch hier unten ist ein Leben im Volk und Staate, dessen sich ein Jeder würdig zu machen, zu dem er sich aus dem häuslichen,

*) Ich weiß bestimmt, was ich hier will. Ich fand Menschen, die selbst nicht begriffen das Feuer auf den Bergen; Leipzig ist weit, was dort geschah, ist für sie wie im Monde geschehn! Der ursprüngliche Nebel ihres Kopfs ist nie gelüftet, was Großes vorgefallen, davon haben sie keinen Begriff. Von solchem erbarmungswürdigen Hinbrüten ist keine Rettung möglich, als durch die Lehrer des Volks. Ist denn das Bürgerthum so ein unheiliges Ding, daß es sich in Schul- und Kirch-Tempeln gar nicht sehn und hören lassen darf?? —

arbeitenden und erwerbenden Seyn zu Zeiten erhöhen soll durch ermunternde Mittel. Volksfeste sind es, die ihm das Leben erhöhen, ihn von dem Ichthum seiner Hütte gebührlich abziehen, ihm das Herz für den Staat erwärmen und Gemeinsinn fördern. Hierin stimmen alle Denkenden überein und dieser Gedanke entwickelt sich mehr und mehr. Ein, wenigstens Ein allgemeines deutsches Fest werden für immer und ewig alle Deutsche fest halten, nämlich das Fest aller Deutschen vom 18. October. Auch der Jugend reiferm Alter, so wie der Volksschule, sey es heilig, frei und lustig. Heilig durch Eröffnung der Kirchen, wo zu den Agendis käme eine würdig verfaßte Erzählung dessen, was sich gefügt durch Zwietracht zum großen Schaden des Vaterlandes und Volks und wie letzteres sich befreiet. Mit der Zerstörung Jerusalems könnte man nun wohl nachlassen und aufhören. In den Schulen könnte Tags zuvor eine einfache Geschichtserzählung zum Feste vorstimmen. Frei und lustig träte der Nachmittag unter Alt und Jung. Der Jugend brächte er ein heiteres Turnfest, Kampfrichter entschieden die Preise u. s. w.

Ueber das Entstehn der Gymnastik in neuerer Zeit mögen mir zwey Worte erlaubt seyn. Ungeachtet der kräftigen Muster, die aus der altgriechischen Inselwelt herüberleuchteten, ging deutsche Erziehung nur auf Geistesbildung. Auch nicht eine Anstalt kannte Leibesbildung; nur auf das Tanzen wies man gern hin. Das nur wenigen zugängliche Reiten, das

Fechten, auch wohl das Schwingen, was sich auf unsern Hochschulen erhielt, ausgenommen, waren alle Spuren der alten leiblichen Kunst verschwunden. *) Im Jahre 1785 betrat ich als Jüngling Schnepfenthal, da führte mich Salzmann auf einen hübschen Platz mit den Worten: Hier ist unsere Gymnastik. Auf diesem Plätzchen, am Rande eines Eichwäldchens, entwickelte sich nach und nach die deutsche Gymnastik; ein erzdeutscher Mann — das war Salzmann — gewährte ihr da Schutz, und nur wenige Schritte davon ruht der irdische Theil des Vortrefflichen. Hier belustigten wir uns täglich mit fünf Uebungen in ihren ersten ungeregelten Anfängen. Diese stammten von Dessau, wo Salzmann zuvor gewesen. Ob dort Basedow, oder sonst Jemand den Gedanken gefaßt hatte, die Körpererziehung der Griechen ein wenig in Anwendung zu bringen, ist mir unbekannt. Salzmann übertrug mir bald die Leitung dieses ersten Anfangs der Uebungen. Ihre Bedeutung kannte ich. Was ich aus dem uralten Schutte, aus den geschichtlichen Resten des frühern und spätern Alterthums heraus grub, was das Nachsinnen und bisweilen der Zufall an die Hand gaben, wurde hier nach und nach

*) Bis auf einzelne festliche Dinge mancher Orte und Gegenden, z. B. sah ich selbst noch das Fischerstechen bey Halle, den Wettlauf rüstiger Jünglinge und Mädchen bey einer Schäferhochzeit zu Quedlinburg; und so hat sich hier und dort noch manches im Volk erhalten.

zu Tage gefördert zum heitern Versuche. So mehrten sich die Hauptübungen, spalteten sich bald so, bald so in neue Gestaltungen und Aufgaben, und traten unter die oft nicht leicht auszumittelnden Regeln. So entstand nach sieben Jahren in der ersten Ausgabe meiner Gymnastik die erste neue Bearbeitung eines sehr vergessenen und nur noch in geschichtlichen Andeutungen vorhandenen Gegenstandes.

Ich wollte den Gedanken an eine, in weichlicher Zeit sehr nöthige Verbesserung der Erziehung in gebildetere Familien bringen, sie damit vertraut machen und zu Versuchen veranlassen. Dem Wort kam schon damals und immer fort die That zu Hülfe; In- und Ausländer, Eltern und Erzieher, Leute jedes Standes fanden sich fast täglich bey den hiesigen Uebungen ein und nahmen die Anschauung mit. Nicht bloß mein bescheidener Wunsch wurde erfüllt von sehr vielen Familien und einzelnen Anstalten; in Dänemark fing man an, den Gegenstand als Volkssache zu betrachten. Dem hochherzigen Kronprinzen und damaligen Regenten dieses Staats (jetzigem Könige), der die Fesseln der Leibeigenschaft und der Sclaverey in Norden und Süden zerbrach, hatte ich mein Buch gewidmet; hingerissen von seinem herrlichem Thun glaubte ich, er werde eine kräftigere Erziehung begünstigen. Von der Zeit an entstanden daselbst mehr und mehr gymnastische Anstalten. Nach der Kopenhagener Zeitung: Dagen Stück 171 des Jahrs 1803

war ihre Zahl schon auf 14 gewachsen und es hatten an denselben in den letzten 4 bis 5 Jahren ungefähr 3000 junge Menschen Theil genommen. Aus den Seminarien ging die Sache in die Landschulen, und nach öffentlichen Blättern hat die Regierung den Befehl ertheilt, daß bey jeder Landschule ein Platz von 1200 Geviertellen für die Leibesübungen eingeräumt werden sollen. Von Dänemark aus ist, wie ich höre, der Anfang im benachbarten Schweden gemacht.

Zwey Jahre später 1795 erschien eine zweyte Bearbeitung des Gegenstandes, im zweyten Theile der Encyklopädie der Leibesübungen von Vieth, geschrieben mit trefflicher Sachkenntniß und Bücherkenntniß zugleich.

Indeß arbeitete ich in Schnepfenthal immer weiter. Jederzeit gewährten mir 40 bis 60 jugendliche Theilnehmer aus dem Inn- und Auslande ein herrliches Feld zum Beobachten. Ich wollte, ich mußte der Sache näher auf den Grund, nicht bloß um ihrer selbst, sondern auch um ihrer heimlichen Widersacher willen. Zweyerley faßte ich von jetzt an beynah zehn Jahre lang genau ins Auge; die Wirkung der Uebungen auf jeden einzelnen Knaben und Jüngling und die weitere Ausbildung der Uebungen selbst. Ueber jedes wurde besonders Buch gehalten. So sicherten sich meine Erfahrungen, und so mehrten sich nicht bloß die Uebungen mit ihren Stufen und Aufgaben, sondern die Natur einer jeden wurde weit ge-

nauer erforscht und Regel nach Regel gefunden. Auf diesem Wege entstand die zweyte, fast ganz umgearbeitete Ausgabe meines Buchs 1804. *)

Um diese Zeit eröffnete der wackere Carl Roux, ein Mann von regem Eifer für die Sache und genauer Kenntniß derselben zu Erlangen eine gymnastische Anstalt. Sie war die erste auf einer deutschen Hochschule und besteht noch jetzt. Sie fand bald Widersacher in diesem und jenem jungen Meister der Gelahrtheit, es scheint jedoch, daß die großen Lehren, welche die neueste Zeit gegeben, ihnen das Mundwerk beruhigt haben.

Mich selbst trieb damals der schöne Erfolg in Dänemark mehr als je, die Sache als Volksangelegenheit zu betrachten und für sie eine deutsche Regierung zu gewinnen. Die große Strebsamkeit der Preußischen in Sachen der Volkserziehung, machte die Wahl sehr leicht. Gleich nach dem Abdruck übergab ich mein Buch dem damaligen Staatsminister und Chef des geistlichen Departements — mit den Worten: „So viel scheint mir gewiß, daß man bey der Bildung des Menschen nicht bloß sein geistiges Wesen, sondern auch seinen physischen Theil im Auge behalten müsse, um das Ebenmaß der geistigen und leiblichen Kräfte so viel als immer möglich auf-

*) Diese zweyte Auflage darf ich jedem Erzieher empfehlen, der die wichtige Sache der Leibeserziehung aus seinem Standpunkte betrachten will.

recht zu erhalten. — Vermöge dieses Grundsatzes, der sich schwerlich entkräften lassen möchte, ist besonders der veredelte Theil des Volks der Gegenstand meines Buchs" (ich dachte, daß von diesem billiger Weise die Veredlung herabsteigen solle). „Eben deßhalb sollten alle höhern Bildungsanstalten und ganz vorzüglich unsere Universitäten" (von diesen stammen ja die Geistlichen in Dörfern und Städten als Lehrer) „der Leibesübungen nicht entbehren. Allen übrigen Volksklassen aber liegt der Grund der Gymnastik noch weit näher, gerade darum, weil ihr Körper zum Dienste des Staats unter mannichfaltigen Anwendungen vorzüglich erforderlich ist. Obenan steht in dieser Hinsicht der Krieger. Es ist ohne Mühe einzusehn, daß solche Truppen, die im Besitz mannichfaltiger Körperfertigkeiten sind, in tausend Fällen ungleich brauchbarer seyn würden, als solche, die auf einige Handgriffe beschränkt sind" u. s. w. — Unter Weglassung alles weniger hier her gehörenden war die Antwort: „Körperliche Fertigkeiten und Uebungen der Jugend sind ein wesentliches Stück in meinem National-Erziehungsplane." — Allein schon 1805 zogen die Preußen hinaus; man weiß, was weiter hin erfolgte. Was aber damals unmöglich wurde, gelang späterhin dem kräftigen Jahn. Er trug 1810 die wiedererweckte Gymnastik nach Berlin. Wie in der Natur vor einem Donnerwetter, so hatte sich im kräftigen Volke der Preußen der Gewitter-

stoff durch gewaltsame Reibung gesammelt; dem Wakkern fügte sich die glückliche Stunde; ihm gebührt das große Verdienst der unmittelbaren Einführung der gymnastischen Uebungen, denen er den Namen Turnübungen gab, in die zweyte Stadt des deutschen Landes und eben dadurch in viele andere Orte.

Was nun weiter werden wird, kömmt mit aufs Große an, ob Fürsten und Volk drey gute Dinge tief ins Herz nehmen; sie sind: Eintracht, Treue und das Verharren in Rüstung. Nöthig sind sie wohl, und die Sorge fürs Letzte in aller Tüchtigkeit, kann man doch nur am besten beschwichtigen durch — tüchtige Erziehung.

Ibenhayn bey Schnepfenthal
im Christmonat 1816.

Der Verfasser.

Inhalt.

Einleitung.

Seite

1. Die Turnübungen, betrachtet aus dem vaterländischen Gesichtspunkte der allgemeinen Wehrschaft, sind eine nothwendige Vorschule des werdenden Vaterlandsvertheidigers XIV
2. Wesen der Turnübungen XXXV

Darstellung der Turnübungen.

Das Gehen und Laufen 1
A. Das Gehen 1
Vorübungen 1
1. Anstand im Gehen 1
2. Dauergang 2
3. Schnellgang 2
4. Das Gewandtgehen 3
Turnübungen 4
1. Der Kriegsschritt 4
Uebung 1. Stellung und Haltung . . . 5
— 2. Blickwurf 8
— 3. Halbe Wendung 8
— 4. Ganze Wendung 9
— 5. Gewöhnlicher Schritt . . . 10
— 6. Geschwindschritt 14
— 7. Richtung im Gliede 14
— 8. Richtung und Aufstellung in 2 und 3 Gliedern 17

Seite

Uebung 9. Das Schließen 18
— 10. Marsch gerad'aus 19. 20
— 11. Schrägmarsch 22
— 12. Reihenmarsch 23
— 13. Dessen Richtungsveränderung . 24
— 14. Frontstellung aus demselben
a. durch Wendung 25
— 15. b. durch Auflaufen der Rotten . 26
— 16. Schwenkung a. von der Stelle 28. 29
— 17. b. im Marschiren . 30
2. Turngang 32
3. Turnzug 33
4. Turnschritt 35
B. Das Laufen 35
Vorübungen 36
1. Erste Anregung 36
2. Die zehn Minuten 36
Turnübungen 36
1. Schlängellauf 36
a. Schnell 38
b. Dauernd 39
2. Schnelllauf 39
3. Langlauf 39
4. Springlauf 42
5. Trablauf 43
Das Springen 46
A. Reiner Sprung 47
I. Hochsprung 47
Vorübungen 47
1. Hupfgang 47
2. Hüpflauf 47
3. Hupfen 47
4. Anschlag 48
einfach 48
doppelt 48
5. Kniehub 48
6. Hauptübung, der Hochsprung selbst 49

Seite

a. ohne Anlauf 50
b. mit Anlauf 51
a) mit gebogenen Beinen . . . 52
b) mit gestrecktem Bein 53
Turnübungen 54
1. Kreissprung 54
2. Kreissprung mit Waffe . . . 55
3. Ringstechen 55
4. Turnsprung 57
a. ungebunden, ohne Waffe . . . 57
b. — — mit Waffe 57
c. gebunden oder mit Tritthaltung . . 58
d. gebunden mit Waffe 58
5. Sturmsprung 59
II. Weitsprung 60
Vorübungen 60
1. Der Satz 60
2. Der Fortsatz 61
3. Hauptübung, der Weitsprung selbst . 62
Turnübung 64
1. Grabensprung 64
2. Schlängelsprung 66
III. Tiefsprung 67
1. bloß in die Tiefe 67
a. reiner Tiefsprung 67
b. gemischter Tiefsprung 68
2. Tief- und Weitsprung . . . 69
B. Gemischter Sprung 69
I. Der Sprung mit Stabe 69
A. Hochsprung mit Stabe 70
Vorübung 71
1. Hebung und Wendung . . . 71
2. Hauptübung und Turnübung, der Hochsprung selbst . . 72
a. Fassung des Stabes 73
b. Anlauf 73
c. Einsatz des Stabes 74

Seite

d. Aufschwingung und Wendung . . 75
e. Behandlung des Stabes . . . 76
f. Niedersprung 77
g. Aufgaben und Abänderungen . . 78
h. Erfahrungen 79
i. Vorsichtsregeln 79
B. Weitsprung mit Stabe 80
Springbahn und Stabe 80
Fassung des Stabes und Benehmen des Springers 81
Aufgaben 81
Turnübung: 81
Grabensprung mit Stabe . . . 82
C. Tiefsprung mit Stabe 83
E. Tiefsprung in die Weite mit Stabe 83
II. Das Schwingen 84
Der Schwingbaum und das Schwinggerüst . 85
Vorübungen 87
1. Das Stemmen 87
2. Das Heben 88
3. Das Handgehen 88
a. Rittlings 88
b. Stemmend 88
4. Aufsprung im Sattel und Niederschweben 89
5. Aufschwung in den Sattel und Abschwung 90
6. Sprung über den Sattel 90
7. Aufsprung zum Stehn im Sattel . . 91
Turnübungen: 93
1. Aufschwung in den Sattel . } Im Verein auf Befestigung . 93
2. Aufsprung im Sattel . . } . 93
3. Niederschweben . . . . } . 93
4. Abschwingung . . . . } . 94
5. Uebersprung . . . . } . 94
6. Aufsprung stehend . . } . 94
7. Niederschweben . . . } . 95
8. Herabschwung . . . . } . 95
III. Der Gesellschaftssprung 95

Seite

Der Sprung im Reifen, Strick und Seil 97
I. Sprung im Reifen 98
Vorübungen 99
1. Durchschlag vorn 99
2. Durchschlag rückwärts 100
3. Durchschlag im Lauf 101
4. Halber Durchschlag seitwärts . . . 101
5. Ganzer Durchschlag seitwärts von unten 101
6. — — — — oben 102
Turnübungen 102
Obige Uebungen 1 bis 6 im Verein nach Befehligung 102
II. Sprung im Strick 104
Vorübungen 104
1. Einfacher Durchschlag vorwärts . . . 105
2. — — rückwärts . . 106
3. — — vorwärts im Lauf 106
4. Einfacher gerader und gekreuzter Durchschlag vor- und rückwärts . . . 106
5. Wechselschlag 106
6. Doppelschlag 107
7. Die Wendung 108
Turnübungen: 108
1. 2. 3. 4. 5. 6. } im Verein, ... 109
nach Befehligung 109
III. Sprung im Seil 109
Vorübungen 111
Erste Art: Einfache Uebungen im Seil . . 111
a. im Stillstande 111
1. Sprung im Seil 111
2. Hüpfsprung im Seil 111

Seite

3. Sprung mit Anschlag 111
b. mit Laufen verbundene . . . 112
4. Lauf durchs Seil 112
5. Sprung durchs Seil 112
6. Sprung ins Seil und Heraus laufen . 113
7. Augenblick im Seil 113
8. Schräger Sprung durch das Seil . . 114
9. Schräger Lauf durch das Seil . . . 114
Zweite Art: Zusammengesetzte Uebungen im Seil 114
10. Sprung im Seil mit Reifen und Strick 115
11. Die Geldlese 115
12. Der Tuchwechsel 115
Turnübungen 116
1. Kreislauf durchs Seil 116
2. Einfacher Kreissprung 117
3. Zwillings- und Drillings-Sprung . 118
4. Der Turn- oder Doppelkreis . . . 119
5. Das Ringrennen 120
6. Der Hiebsprung 120
7. Schräger Kreissprung 122
Das Waghalten 123
A. Des eigenen Körpers 125
I. Uebungen auf dem Wagbaum nebst andern dazu gehörigen 125
Vorübungen 125
1. Das Wagstehn auf einem Bein 125
Aufgaben a bis o. 125
2. Das Wagstehn auf einem Pfahl 127
3. Das Waggehn auf ruhendem Wagbaume 127
4. Das Waggehn auf der Brettkante. 128
5. Hauptübung, oder das Waghalten auf dem schwankenden Wagbaume 128
Rüstzeug: der Wagbaum 128
a. Leitgang, oder Versuch 129

Seite

b. Freigang 130
c. Erschwerter Freigang 130
d. Rückkehr 130
e. Krebsgang 130
f. Ausweichung 131
g. Setzen und Aufstehn 131
h. Fußkuß 132
Vorsichtsregeln 1 bis 5. 132
Turnübungen 133
1. Das Wagstehn oben 1. nach Befehligung. 133
2. Der Wagekampf 133
3. Allgemeiner Uebergang . . . 134
4. Der Steg 134
II. Das Stelzengehn 135
Turngerath: die Stelzen 135
Benehmungsart 136
Aufgaben: 136
1. Gehen 136
2. Laufen 136
3. Hupfen auf Einer Stelze im Stillstehn 136
4. Forthupfen auf Einer Stelze 136
Vorsichtsregeln 1. 2. 3. 137
III. Das Schlittschuhlaufen 137
Von dem Geräth und dessen Befestigung . 138
Verübungen: 141
1. Das Wagstehen auf den Schlittschuhen 141
2. Das Gleiten 141
a. auf beyden Füßen 141
b. auf wechselnden Füßen . . . 142
Haupt- und Turnübung 142
3. Gerader Eislauf 143
4. Bogenlauf 145
a) auswärtsgehender 145
b) einwärtsgehender 148

Seite

5. Vermischte Uebungen: . . . 149
a) Schlangenlinie 149
b) gerade Linie seitwärts 149
c) krumme Linie 150
d) Schneckenlinie 150
e) das Uebertreten 150
B. Das Waghalten fremder Körper 151
Das Klimmen und Steigen 153
Turnzeug: 1. das Hang- und Schwunggerüst oder Reck 156
2. das Kletter- und Steiggerüst 156
A. Klimmübungen 159
Vorübungen oder die Reckübungen . . . 161
1. Handhang 161
a. mit gestreckten Armen 161
b. mit gekrümmten Armen . . . 161
2. Das Heben 162
3. Hangschwung 162
4. Liegehang 163
5. Ruhhang 163
6. Gehn am Reck 163
7. Das Handgehen 164
8. Kniehang 164
9. Aufschwung 164
10. Das Fortgleiten auf dem Reck 165
11. Stützgang, oder das Gehn mit Handstützung 165
12. Der Umschwung 165
13. Die Verschränkung 166
Haupt- und Turnübungen 167
A. Das Klimmen an ruhigen Turngeräthen . 168
I. Vermittelst der obern und untern Glieder 168
1. An der Stange 168
an der senkrechten 168
an der schrägen 168
2. An der Leiter 169
3. Am Mast 171

Seite

4. An der Strickleiter 172
5. Am Seil 173
a. Querseil 173
b. Hangseil 173
erste Art 173
zweite Art 174
6. Die Verstrickung 176
7. Das Baumklettern 178
II. Das Klimmen vermittelst der obern Glieder allein 179
1. An der Stange 179
a. schräg 180
b. senkrecht 180
2. Am Seil schreg und senkrecht . . 181
B. Das Klimmen an schwankendem Turngeräth oder das Wippklettern 181
B. Steigübungen 182
Das Ringen 185
Vorübungen 186
1. Das Heben 186
2. Das Ziehen 188
a. Hand- und Schulterzug 188
b. Hebzug 189
3. Das Ringen um Apfel oder Stab 190
4. Leichter Kampf oder das Fortdrängen 190
5. Halber Kampf oder das Heben 193
6. Ganzer Kampf oder das Niederlegen 194
7. Zusammengesetzter, oder vermischter Kampf 197
Turnübungen 198
1. Der Seilkampf 198
2. Der Gränzkrieg 199
Kriegsschauplatz und dessen Einrichtung . 200
Kriegsordnung im Allgemeinen . . . 201
Kriegsgesetze insbesondere 202

Seite

Das Werfen und Schießen 205
A. Das Werfen 205
I. Der Steinwurf 206
1. Werfgeräth: Steine 206
2. Werfarten 206
a. Schwungwurf 207
a) Kernwurf 208
b) Bogenwurf 208
b. Hebwurf 208
3. Wurfziele 209
4. Wurfordnung 209
5. Vorsichtsregeln 210
II. Der Wurfspieß 210
1. Geräth: der Wurfspieß 210
2. Werfart 211
a. ohne Vorschwung 211
b. mit Vorschwung = ... 211
a) Kernwurf 212
b) Bogenwurf 212
3. Ziele 212
4. Wurfordnung 212
B. Das Schießen 213
I. Der Bogen 213
1. Geräth: Bogen und Pfeile 213
2. Schießart 216
II. Das Schießen mit Feuergewehr 218
1. Die Zielscheiben 219
Einzielig oder die gewöhnliche Scheibe . 219
Zweyzielig / Vierzielig } die Kastenscheibe . . 219
2. Die Ziele 220
a. Senkrechter Strich 221
b. Kreuz 221
c. Viereck 221
d. Rund 221
e. Bewegtes Ziel 222
3. Der Schießpfahl und das Anlegen . . 222.

Seite

a. mit Anstemmung der Büchse . . . 223
b. ohne — — — — . . . 223
c. mit Anlage der Büchse 223
d. Schuß aus freier Hand 223
e. Schuß im Liegen 224
4. Ladung 224
5. Stellung und Haltung des Gewehrs . 226
6. Das Zielen 226
a. mit vollem Korn 227
b. mit halbem Korn 227
c. Korn und Kerb gleich 227
d. mit feinem Korn 227
7. Lehrart 228
Aufstufungen a bis g 228
8. Vorsichtsregeln 229

Uebungen der Biegsamkeit des Körpers . . . 231
1. Der Stabsatz 231
2. Windung unter dem Arme weg 232
3. — — — Stabe weg . . . 232
4. Windung durch Arme und Stab . . . 233
5. Das Messerziehen 233
6. Setzen und Aufstehn ohne Handgebrauch . 234
a. mit gekreuzten Beinen 234
b. mit nicht gekreuzten Beinen . . . 234
c. auf Einem Beine 234
7. Der Fußkuß 234
8. Sprung übers eigene Bein 234
9. Der Umsprung 235
10. Der Fußkreis 235

Das Baden 236
Zweck 236
Badeplatz 237
Baderegeln 238
1. Zeit und Wärmegrad 238
2. Beschaffenheit des Wassers 238
3. Rücksichten auf den Körper 238
4. Vorbereitung zum Bade 238

Seite
5. Art des Badens 239
6. Verhalten im Bade 239
7. Dauer des Bades 239
8. Verhalten nach dem Baden 239
Das Schwimmen 242
Nutzen, Wirkungen, Zweck 242
Allgemeine Bemerkungen über das Schwimmen 242
Hauptarten des Schwimmens 246
1. Das Schwimmen auf der Bruft 247
a. gerad'aus, mit den obern und untern Gliedern 247
a) Lage des Körpers 247
b) Schwimmbewegung 248
b. gerad'aus mit vorgeſtellter Schulter, mit vereinten Gliedern 251
c. gerad'aus mit vorgeſtellter Schulter, mit beiden Beinen, aber nur mit Einer Hand 251
d. gerad'aus mit den untern Gliedern allein 252
e. — — — obern — — 252
2. Das Waſſertreten 252
3. Das Schwimmen auf dem Rücken 253
a. Wagrechtes Liegen und Hangen im Waſſer 253
b. Rückenſchwimmen mit den Händen allein 254
c. — — — — Beinen — 255
d. — — mit vereinten Gliedern 256
4. Das Tauchen 257
b. Kopfwärts 258
a. Fußwärts 257
5. Das Schwimmen unter dem Waſſerſpiegel 258
6. Sprung ins Waſſer 259
Fußwärts 259
Kopfwärts 259
7. Lehrart 260
8. Turnübungen 266
a. Wett- oder Schnellſchwimmen . . 266
b. Wettſchwimmen auf Dauer . . . 266

Seite

c. Ueberschwimmung eines Stroms . . 267
d. Die Botschaft 268
e. Das Schwimmen in voller Kleidung . 269
f. Das Grundholen 270
g. Die Rettung 271
Sinnübungen 272
Die Sinne als Wächter auf dem Vorposten . . 272
1. Gesichtsübungen 273
a. Uebung des Augenmaßes 273
b. Das Fernsehen 275
2. Uebung des Gehörs 276
Das Horchen auf der Warte 276
3. Vermischte Sinnübungen . . 277
Die Verirrung 277
Schluß: Der Krieg 279

Ordnung der Turnerschaft 286
Lehrart 294
Die Schutzgeister der Turngesellschaft . . . 299

Einleitung.

1.

Die Turnübungen, aus dem vaterländischen Gesichtspunkte der allgemeinen Wehrschaft betrachtet, sind eine nothwendige Vorschule des werdenden Vaterlandsvertheidigers.

Im Herzen eines Erdtheils hat sich der deutsche Stamm seit uralten Zeiten gebettet ein gefährliches Bett; aber ein Ehrenbett, wenn er's zu vertheidigen versteht; hier im schönen Lande hat die Eiche gewurzelt, ein gefährlicher Stand, aus allen Hauptgegenden dem Sturme bloß; aber was thut's, wenn sie nur kraftvoll und in jugendlicher Stärke da steht. Darum mein Volk sey wacker und stark; Dich — Dich erkohr die Vorsehung gerade für diesen Standpunkt im Vertrauen auf deine Stärke: darum fasse Vertrauen zu dir selbst. Fest stehe dein Stamm, jeder Zweig sey heilig, jedes Blatt unverletzbar, frey die Entwickelung. — — Gern beschränke ich hier vorsätzlich den weiten Gesichtskreis; darum nur dieses:

Die Freyheit und Selbstständigkeit des Volks und Vaterlandes müssen vertheidigt werden.

Nur eine knechtische Seele kann den Beweis eines solchen Satzes verlangen; in sich selbst steht er wahr da jedem echten Deutschen.

Es gibt Ereignisse, zumal in der Lage des Deutschen Stammes, gegen welche stehende Heere nicht mehr ausreichen. Wir erlebten sie, darum ist der Griff nach den Waffen allgemein geworden; jeder soll Vertheidiger seyn des Vaterlandes; so will es Fürst und Volk und Vernunft. Eine sehr alte und vortreffliche Maßregel; jeder Jüngling und Mann stehe vor dem Riß, dann wird das Vaterland gesichert seyn, ohne die stehenden Heere bis zur allgemeinen Bedrückung zu vermehren.

Allein nur unter gewissen Bedingungen ist jene allgemeine und große Maßregel vollkommen vortrefflich. Es liegt nicht in meinem Plane, sie sämmtlich hier zu verhandeln, darum nur zwey der wichtigsten hierher gehörigen:

a. Man mache es Jedem leicht und lustig, sich in den Wehrstand einzuwerfen.

b. Man gebe dem Heere nicht bloß Größe, sondern auch die möglichste innere Güte.

Die Menge der Streiter, welche man durch allgemeine Bewaffnung erhält, thut es allein nicht, so wenig als die Größe des stehenden Heeres allein; von entscheidendem Gewicht ist die Tüchtigkeit beyder. Wer nähme ein schwaches und stumpfes bleyernes Schwert lieber in den Kampf, als ein starkes und scharfes von Stahl? Darum macht man von Stahl es, härtet es gut, und schärft es mit Fleiß. —

Die Vertheidigung der Freyheit und Selbstständigkeit eines Volks beruht nächst Gott auf der körperlichen und geistigen Kraft und der echt vaterländischen Gemüthsart. — Man sagt: Gebt dem Deutschen Volke eine freye Verfassung, belastet und beengt es nicht, seyd wahre Regenten im edelsten Sinn: dann werden sich Fürsten- und Vaterlandsliebe und echter Volksgeist von selbst entwickeln, und aus diesen wird die kräftigste Vertheidigung des Gesammtstaates von selbst hervorgehn. — Vortrefflich! erwiedere ich: allein dennoch habt ihr Eins dabey vergessen, nämlich: daß die Vertheidigung nicht bloß mit dem Kopfe und Herzen geführt wird, sondern auch mit dem — Leibe. Man spricht wiederum: Seyen die Verfassung und Regierung, wie wir sie haben; die Noth lehrt von selbst die Waffen ergreifen, lehrt Muth und Tapferkeit, wie die neueste Zeit gezeigt hat. — Die Noth — entgegne ich: also die Noth, wie sie war, wollt ihr allenfalls kommen lassen? Ach, ich bin ganz anderer Meinung! Diese Noth ists ja eben, die nicht ins Land herein gelassen werden soll; abwehren sollt ihr sie ja.

Doch genug von den Einwendungen dieser Art.

Es ist die Frage: Wodurch sind die obigen Bedingungen (a und b) zu erreichen? — Weit entfernt, die sämmtlichen Mittel, die hier wirksam seyn müssen, nur berühren zu wollen, beschränke ich mich hier nur auf ein Einziges, es ist der Grundgedanke meiner Schrift, ja es ist das erste, es ist das Grundmittel aller übrigen, die angewandt werden können.

Gebt der Jugend eine vaterländische Erziehung für den Geist und eine echte körperliche, zur Waffentracht vorbereitende, für den Leib.—

Auch für den Leib, sag ich, denn sicherer und entscheidender tritt ein körperlich starkes und gewandtes Volk, begabt mit Muth und vaterländischem Sinne vor den Riß als ein vaterländisch gesinntes, aber körperlich ungeübtes und schwaches.

Ist im Rathe der Deutschen Regierungen allgemeine Bewaffnung beschlossen, wollen sie echte Vertheidiger für sich: so mögen, so müssen sie auf diesen großen Zweck hinlenken die Erziehung der Söhne des Vaterlandes. Begeistert sie mit der Liebe fürs Vaterland und Volk und edle Fürsten; steigert ihnen die Kraft und Gewandtheit des Körpers: und es wird ihnen ein Leichtes seyn, sich schnell in die Waffenübungen zu finden, und eben dadurch wird der obigen zweyten Bedingung (innere Güte des Heers) kräftig begegnet; denn ein Mensch, der durch Erziehung die echten Bedingungen der Tapferkeit und des Muths, nämlich Kraft und Gewandtheit erhalten hat, der nur kann ein tüchtiger Streiter seyn; Tüchtigkeit der Einzelnen bildet aber die Tüchtigkeit, die Güte des Heers.

Ich gedenke des Jahres der Leipziger Schlacht. Deutsche Begeisterung trieb Tausende hinaus zur Rettung. Habt ihr aber die gezählt, welche bey derselben Begeisterung, durch Körperschwäche gefesselt, zurück bleiben mußten? Die, welche durch Mangel an Dauer und Kraft untergingen? Ist es denn zu bezweifeln, daß eine kraftigere Erziehung diesen zu Statten gekommen seyn würde? Und dann schauet ins Bürgerleben! Da hat jedes Gewerk, oft das leichteste,

seine jahrlange Lehrzeit, seine fest und tief gewurzelte Gewohnheit nöthig. Diesen übergibt man den Knaben zu Vorbereitung. —. Gut! Aber der Wehrstand, diese Grundmauer der Selbstständigkeit des Vaterlandes, bedurfte ihre nicht? Seine tausend Mühen und Lasten, die ihm so unerläßliche Kraft und Dauer und Gewandtheit, die ihm so nöthige Erwerbung des Selbstvertrauens und Muthes bedürften nicht der vorbereitenden Erziehung und tief eingreifenden Gewöhnung, sondern nur einer kurzen Abrichtung im Schritt, und zum Handgriff des Gewehrs? — Ich zweifle sehr. Gesetzt aber, es wäre dem dennoch so warum muß man denn in jedem Staate so viel junge Menschen vom Wehrstande frei sprechen, als unbrauchbar geworden durch Erziehung und Leben? — —

Und dennoch irr' ich vielleicht; vielleicht liegt in der kriegerischen Uebungen (dem Exerciren) vollkommen alle nöthige Vorbereitung zur ganzen Tüchtigkeit des Wehrmannes. Ich bin weit davon entfernt, die bewunderungswürdige Zweckmäßigkeit dieser Uebungen im geringsten zu bezweifeln; allein es ist dennoch wider die Erfahrung, daß sie allein den Körper mit allen den Eigenschaften ausrüsten sollten, zu denen er durch andere, mannichfaltige Uebungen gelangt. Und wäre dem auch nicht also, so ist ja hier zugleich die Rede von Vorübungen, von besonderer Tüchtigmachung des Vaterlandsvertheidigers zu den eigentlichen Waffenübungen: von Vorübungen, die ihm den Waffendienst erleichtern sollen.

Allein vielleicht irr' ich auf der andern Seite. In der Erziehung und im Leben des Landmanns und Städters

liegt vielleicht alles, was nöthig ist, körperlich und geistig zum Wehrstande vorzubereiten, an welchem künftig ein Jeder Theil nehmen soll. Lang genug ist mein Stadt- und mein Landleben, um den Gegenstand mit Fug in Erwagung zu ziehn.

Streng ist die Kinderzucht des Landmanns. In Kälte und Hitze, bey sparlicher und grober Kost wächst seine Nachkommenschaft auf. Grobe Kleidung deckt bald ganz, bald halb, bald übermaßig den Leib. An ein Abmessen dieser und ähnlicher Dinge nach Körperstärke oder Schwäche wird wenig oder gar nicht gedacht; wer nicht Dauer und Widerstehungskraft genug hat, kehrt zurück ins ewige Vaterland, eh' er erwachsen. Nur keine Kosten, so will es die Noth des Lebens, oder die gewohnte Sparsamkeit. Vor allen Gelegenheiten, Schaden zu nehmen, wird das Kind gewarnt, häufig eingeschüchtert, in seiner natürlichen Keckheit nieder gehalten, im natürlichen Muthe gedampft; aberglaubische Erzahlungen vollenden die niederdruckende Lehre. Selbst die Zucht der Schule beengt nicht wenig den aufstrebenden Muth und leitet, wie das vaterliche Haus, zur stillen Sittsamkeit. Ich bin weit entfernt, das Letztere zu tadeln; aber wo liegt in unsern Schulen die Gränze des Zurückdrangens und Zahmmachens? Wo ist das Gegengewicht, berechnet auf Hebung und gehörige Richtung des männlichen Muthes? — Der Knabe erlangt einige Kraft und neben die Schule tritt Arbeit im Hause und Felde. Allein alle diese einfachen, oft schweren, immer wiederholten und oft lang anhaltenden Arbeiten können zwar Stärke und Dauer geben, aber Gewandtheit weder geben noch lassen. Vielmehr gewöhnt sich dadurch der Kör-

per an gewisse Bewegungen, er erstarret darin durch lang Wiederhelung, er wird darin steif, schwerfällig und zu jeder raschen, flinken Bewegung ungeschickt und unaufgelegt, er erhält, möcht' ich sagen, die Langsamkeit des schwer belasteten, knarrenden Wagenrades. Daher schon der auszeichnende Gang dieser Menschen, wenn sie weiter empor gewachsen. Mit einem Wort, im zwanzigsten, ja oft schon mit dem achtzehnten Jahre sind diese braven Menschen in ihrer Geistes- und Körper-Gewöhnung mehr oder weniger steif und starr. Sie jetzt von neuem umzuschaffen, ist schwer, am schwersten für sie selbst; das wissen alle die, welche sie zu den Waffenübungen abzurichten haben.

Wir wandern zur Stadt. In den höhern, fein gebildeten Klassen gewahrt man das Siechthum des Europäers bald mehr, bald weniger. Wie deutlich springt hier das verrückte und gestöhrte Gleichgewicht zwischen Leib und Geist hervor. Der verzärtelte Leib hat seine Kraft scheinbar abgegeben an den Geist; jener schmachtet, dieser schwelgt in Gelüsten. So wie der Hunger die Abspannung des Leibes zur unmittelbaren Folge hat und dadurch die Einbildungskraft zum Aufruhr bringt: auf ähnliche Art drängt die durch Verfeinerung eingerissene Körperschwäche den Geist in das Luftschiff der Phantasie; den ehrlichen Menschen-Verstand sieht er aus seiner Höhe kaum noch beym Wege an. Darum sind eine Menge geistiger Erzeugnisse mehr gefühlt als gedacht. Nur vom Körper aus kann hier die Heilung gehn, wo sie noch möglich ist, d. i. vorzüglich bey der Jugend. Dieß nur im Vorbeygehn.

Die Leibes-Erziehung des Städters jeder Klasse steht merklich unter der des Landmanns, insofern sie mehr als

diese sehr schädlichen Einflüssen ausgesetzt ist. Reine Luft und freier Spielraum sind zwey wichtige Dinge. Weit mehr gewahrt das Dorf ein Herumtummeln im Freyen und in reiner Luft. Weit mehr eingeschlossen, häufig sogar in dumpfe Wohnungen, erwächst die Stadt-Jugend, sie wechselt täglich die Schulluft mit der Luft der Werkstatt und Kinderstube. Zum Herumtummeln im Freyen fehlt es mehrentheils am Raume, und in die freye Natur gelangt der Knabe schon aus Städten von 1000 und mehr Häusern so leicht nicht. Je sorgfältiger überdem die Eltern in sittlicher Hinsicht wachen, um der Straßenerziehung auszuweichen, um desto weniger bleibt das Herumtummeln im Freyen möglich. Wie wenig aber ist bey der Stubenerziehung an Kraftentwickelung des Leibes zu denken; die Bleichheit dieser Stubenpflanzen verkündigt nur gar zu oft die Ungesundheit des Aufenthalts und die erschlaffende Lebensart. Nach den Schuljahren ist der größte Theil in den Werkstätten aller Art beschäftigt. Da gewinnen selbst bey den rascheren und schwereren Gewerben nur diejenigen Glieder, die zur Arbeit gehören, an Kraft: diese erstarren nach und nach in der gewohnten Bewegung; die übrigen werden wenig gebraucht, ihre Muskeln erstarken nie durch Uebung, sie erschlaffen. So schwindet das Gleichgewicht, das bey dem vollkommnern Menschen zwischen allen Gliedern und Muskeln Statt finden sollte, dahin, und vor der der Zeit tritt eine körperliche Unbehülflichkeit ein, die den raschen Gebrauch des Körpers unmöglich macht. Wie ganz anders könnte das seyn, wenn dieß beschränkende Einerley durch mannichfaltige Uebungen in seiner schädlichen Wirkung unterbrochen würde! Nur wenige städtische Gewerbe

gewähren eine raschere und etwas mannichfaltigere Bewegung im Freyen, ihre Arbeiter zeichnen sich eben darum vortheilhaft aus. Der ganze Rest treibt nur eine, für den Körper gar nichts fördernde, leichte Hand- oder Kopfarbeit. Bey ihr gewinnt die Sitzkraft außerordentlich, aber jede übrige erschlafft eben so sehr, und vor dem zwanzigsten Jahre ist oft schon die Fulle der Gesundheit und mit dieser die Wehrfähigkeit deutlich versiegt.

Freyer steht da, wie es scheint, der Reiche und sogenannte Vornehme; ungebundener wäre er allerdings in der Leibeserziehung der Seinigen, gäbe es überall Anstalten zu ihrer Bildung. Aber so wie die Sachen stehn, ist Stubenerziehung mehrentheils nur zu Gebote; dicht unter den Fenstern liegt die Gassenerziehung und jene ist, wenn die Klippen des Reichthums — Schwelgerey, Genußgier, Weichlichkeit und die fast angeborne Sucht der Bequemlichkeit und des sinnlichen Wohlbehagens — nicht durch Erziehungsmeisterschaft vermieden werden, von noch weit schädlicherm Einflusse, nicht bloß für die leibliche, sondern selbst für die geistige Stärke, als bey den ärmern Ständen. Und welchen Einfluß hat die gewöhnliche Erziehung der Volksjugend auf den Geist? Nur Wörter zur Andeutung, nicht Worte möcht' ich vorbringen; schon jene sind genug. Sorgfältige, tausendfach wiederholte Warnungen predigen im Hause und in der Schule große Vorsicht, große Sorgsamkeit im Verhalten, Vermeidung der Gefahr, selbst wo gar keine ist, Bedächtlichkeit. Ueberall ein starkes, strenges Zurückdrängen des natürlichen Muthes von Kindheit an. Zähmung! Zähmung! das ist die Losung! u. s. w.

Sorgfältig vermied ich im Obigen jede Uebertreibung, ich deutete nur an, wo ich schildern konnte. Nun frage ich: Wie entspricht eine solche Erziehung dem neuen großen Zwecke des bürgerlichen Vereines — dem Vertheidigungszwecke?? — —

* * *

Auf obigem Wege aber gelangte bisher der Jüngling oft plötzlich genug an die Pforte des Wehrstandes, auf den kriegerischen Uebungsplatz, wo er sich in die neue Kunst einwerfen sollte. Wie es mit diesem Einwerfen gegangen, das wissen die Besorger am besten. Und wo liegen hier eigentlich die Schwierigkeiten? — Was man von einem tüchtigen Waffenmanne erwartet, ist

Erstens: Anständige Haltung und Tragung des Körpers. — Wo ist in der Erziehung der Volksjugend hierzu Vorbereitung und Anlaß? Wo ein Hindeuten darauf in den Schulen? Jeder Knabe trägt sich wie er will. Er entwächst der Schule und seine täglichen Arbeiten machen nichts besser in der Sache, sie verderben gewöhnlich noch mehr. Ganz ungebildet, gewöhnlich verbildet und verbogen, erscheint er als angehender Wehrmann auf dem Uebungsplatze. Hier soll er die 17 Jahr alte Gewöhnung ablegen, in der er erwuchs? Ist es ein Wunder, wenn ihm die unerhörte Aufgabe schwierig wird? — Heran mit dem biegsamen Knaben, und ihm ist einst ein Spiel, was, zu spät gefordert, ihm eine Last wird.

Zweytens: Regelmäßige, nach Zeit und Wink scharf abgemessene rasche Bewegung.

Hier ist die Schwierigkeit für den Neuling (Rekruten) noch weit größer. Er, der ohne Zeitmaß, ohne Wink, ohne Takt, so ganz ohne alle Raschheit leichte und schwere Arbeiten, nach eigener Lust jahrelang vollbrachte und dabey in seinen Gliederbewegungen verlangsamte und erstarrte; er soll jetzt mit einem Male lernen, sich nach Wink und Befehl, im strengen Zeitmaß pünktlich und rasch zu richten, er soll genau bestimmte Bewegungen im zugemessenen Raume vollbringen. — Welch eine Aufgabe?! Wie gut wäre es, sie ein wenig früher zu machen!

Drittens: Körperkraft und Dauerhaftigkeit. Vom Lande bringt sie der gesunde Jüngling im vollen Maße. Karg und hart ist er zur Arbeit und Dauer erzogen. Hier ist keine Lücke zu finden, selbst nicht bey vielen Jünglingen aus kleinen Landstädten. Aber ganz anders ists bey den meisten übrigen Städtern, die bey Sitzarbeit nur Kopf oder Hand zu ihren Gewerben gebrauchen. Ihnen ist noth eine durchgreifende Vorbereitung neben der Schule und der Werkstatt, um über den bloßen Finger- und Handgebrauch hinaus zu kommen und auf dem künftigen Waffenplatze mit lustigem Gesicht erscheinen zu können.

Viertens: Gewandtheit des Leibes. Ihrer bedarf der Wehrmann, so wie der eigentliche Krieger, und die unverderbte Menschennatur behält sie, ist sie einmal von früh an gewonnen und richtig fortgeleitet, bis ins Greisenalter, stark über 60 hinaus. Er bedarf ihrer in einem so merklichem Grade, daß es ihm leicht wird, unzählige, im Kriege überall vorkommende Schwierigkeiten,

im Vertrauen auf sich selbst mit Leichtigkeit zu überwinden. Strotzende Gesundheit und bloße Körperkraft an sich allein sind brave gute Knechte, die den Dienst noch nicht verstehn und die Merkmale der Plumpheit an sich tragen, so lange sie nicht gehörig abgerichtet sind. So wie der Grundgelehrte, der sich nie im Kreise der feinen Welt bewegte, in ihr mit seiner unbehülflichen Geisteskraft leicht bloß steht; so der Krieger, der diesem Gleichnisse mit seiner unbehülflichen Leibeskraft entspricht; mit seinem Schatze von Gesundheit und Kraft, die er nicht zu gebrauchen weiß, steht er oft bloß, nicht dem Spotte, sondern der Lebensgefahr in hundert Gefahrnissen, die sich nur durch Gewandtheit, durch schnellen und fertigen Gliedergebrauch überwinden lassen. Da, wo die bloße Stärke sich überrumpelt sieht und sich ergeben muß, findet der Gewandte sehr oft noch leichten und lustigen Ausweg. Versagt ihm der Fuß, so ist ihm die Hand da; ist kein Weg zum Gehen für jenen, so ist ihm diese bereit; fehlt die Brücke, die Treppe, die Leiter, so hat er unsichtbar Ersatz bey sich im Gliedergebrauch; der Stoß, die pfeifende Klinge finden, auf ihn gerichtet, gewöhnlich den leeren Platz; rollt ihm der Tod entgegen, er ist oft fähig, ihn zu überspringen. Wie sehr mangelt es im Deutschen Lande der wehrhaften Jugend nicht nur, sondern selbst der Mehrzahl im stehenden Heere an *solcher* Gewandtheit. Es ist begreiflich; nur durch mannichfaltige Leibesübungen wird sie erlangt; und so lange, als weder die ländliche, noch städtische Erziehung Rücksicht darauf nimmt, wird jene im allgemeinen immer nur ungeschickt starke und dieser immer eine große Zahl Versessener und eng einseitig gebildeter Menschen liefern.

Fünftens: Sinnliche Wachheit des Geistes. Es ist die berühmte Gabe der sogenannten Wilden, vermöge welcher sie sich überall schnell und leicht zurecht finden, weite Räume mit ihren Eigenheiten scharf überblicken, alles schnell bemerken und zum Nutzen anzuwenden wissen; eine Sinnenmunterkeit, die alles ausspürt und Ueberrumpelung verhütet. — Nur der Landmann entwickelt in seiner Lage zu einem merklichem Grade diese schöne Eigenschaft; die große Mehrzahl der Städter verfeinert sie zwar für alle Gegenstände seiner Arbeiten, für den Faden und Stich und Riß, für den Winkel und die Linie ꝛc., aber draußen in der großen Natur, wohin die Wehrschaft ruft, ist er sinnenstumpf. Beyden, und vorzüglich dem vielsitzenden Städter, der in seiner beengten Lage sehr häufig so stumpfsinnig wird, wie der vielsitzende Gelehrte, sollte die Erziehung nachhelfen; durch mannichfaltige Uebungen, die auf sinnlichen Beobachtungen beruhen und ohne diese nicht durchgesetzt werden können.

Sechstens: Froher, lustiger Muth, zu Wagstücken aufgelegt, der, gestützt auf Leibeskraft und Gewandtheit, gewöhnlich gewinnt. Schon oben bezeichnete ich die Witterung unserer Erziehungsart im Hause und in der Schule. Das Warnen und Einschüchtern vom Morgen bis Abend versteht und übt sie meisterlich. Hier zu Lande steht gewöhnlich auf den Gräbern der Landleute: Hier ruhet — — der wohl-fürsichtige Nachbar N. — Man setze dieses Lob auf den Grabstein der gar zu fürsichtigen Erziehung. Mit bloßer Fürsicht ist in dieser stürmischen Welt bey weitem nicht alles zu machen; wir sind im

Meer und im Wasser, darum lerne ein Jeder steuern und segeln und schwimmen.

Laßt ihr aber den natürlichen jugendlichen Muth in der Ruhe und Stille und Gefahrlosigkeit des gewöhnlichen Haus-, Stadt- und Feldlebens, durch ewige Warnungen und Bedrohungen einschlafern und bis zur völligen Zahmheit und Feigheit beschwichtigen; laßt ihr kluge, ängstlich kluge Vorsichtigkeit immer den Zügel des Sohnes seyn von der Wiege bis zur Waffe in Reihe und Gliede: so geht es ihm fast wie dem gefangenen Sohne der wilden Ente, den man in heißen Wasserdampfen die Keckheit so ganz ausschwitzen laßt, daß er zum Aufschwunge in die Freiheit alle Schwungkraft für immer verliert und wohlgezahmt auf der sichern Pfütze zu bleiben wünscht. — Wen stellt ihr auf jenem Wege zur Wehr des Landes? — den kühnen Vertheidiger gewiß nicht. Was dieser und jener allenfalls noch mitbringt, das ist ein Rest von Muth und Kühnheit, den ihr dem von Natur sehr muntern Kopfe durch eure Erziehung zu nehmen nicht vermochtet.

Und dennoch ist es nicht anders; so und nicht anders liefern Erziehung und Leben, beyde unberechnet für den neuen Zweck des bürgerlichen Wehrthums und für den Kriegerstand selbst, den Jüngling auf den Uebungsplatz; behaftet mit den genannten schädlichen Einflüssen, behaftet in Kopf und Gliedern mit den geschilderten Hindernissen aller Art tritt er auf den Platz: wie schwer muß es ihm seyn sich einzuwerfen!

Allein vielleicht verbessern die kriegerischen Uebungen mit der Zeit vollkommen den Schaden der unberechneten Erziehung, und es erwächst aus solchen Lehrlingen dennoch ein

Heer von möglichster Tüchtigkeit nach allen obigen Erfordernissen? Eine neue wichtige Frage. Ich begegne ihr mit der Gegenfrage: Ist es denn so recht glaublich, daß in dem späten Jünglings- und im Mannesalter alles nachzuholen und zu vertilgen stehe, was in früherer Zeit versäumt und verbildet worden? — — Ich erwähne nicht, was auf den Uebungsplatzen der Landwehr und des Landsturms hierin geleistet werden dürfte; vielmehr steige ich gleich auf zu dem vollkommensten, zu denen des eigentlichen Kriegers.

Es ist keinem Zweifel unterworfen, daß selbst der unvorbereitete Neuling hier manche der nöthigen Vollkommenheiten erwirbt; die anständige kriegerische. Haltung und Tragung des Körpers, die regelmäßige, nach Zeit abgemessene rasche Bewegung gewiß; auch an Körperkraft und Dauer mag der versessene Handwerker hier wohl etwas gewinnen; allein ob er nach langer Abspannung durch die Waffenübungen wieder zur Vollkräftigkeit gelangen werde, das steht dahin; und warum muß erst geschwacht werden, was stark bleiben, und in dieser Eigenschaft zu den Waffen kommen sollte? — Wie manchen kann man wegen seiner Schwachlichkeit gar nicht in Reih' und Gliede gebrauchen! — Eine andere höchstnöthige Eigenschaft, die Gewandtheit wird man durch die Waffenübungen nie dem schwerfällig, steif und plump Gewordenen in dem Sinne mittheilen können, wie sie hier zu verstehen ist. Sie geben Gewandtheit, das ist aber nimmermehr jene allgemeine des ganzen Körpers und aller Hauptbewegungen der Glieder, sondern nur die sehr beschränkte im Handhaben des Gewehrs, im Wenden,

Schwenken ꝛc. *) Zwar ist die alte Zeit dahin, wo die Kunst des Kolbens, Schwertes und der Lanze im Turnier glänzten; ewig schätzbar bleibt aber dem Vaterlandsvertheidiger die ritterliche Kraft und Gewandtheit; denn auch jetzt noch ist der Krieger nicht als eine Maschine zu betrachten, die in Reihe und Gliede nur ladet und Feuer gibt; unzählbar sind auch bey unserer jetzigen Kriegsart die Fälle, wo der Mann gegen den Mann steht, wo Hindernisse der Natur und Kunst nur durch Gewandtheit und persönliche Kraft überwunden werden müssen. Diese Gewandtheit aber ist nur durch weit mannichfaltigere Uebungen, als die rein kriegerischen allein darbieten, zu erlangen.

Von außerordentlicher Wichtigkeit ist dem Krieger die Sinnenschärfe, und Sinnenmunterkeit. Wenn sie die Schule ununterbrochen auf den Buchstaben, und bey sehr vielen die Werkstatt auf den sehr beschränkten Gegenstand einer Arbeit, aufs Nadelöhr, den Stich u. s. w. richtet: so schrumpft sie, so scharf und munter sie auch für diese kleinen Gegenstände werden mag, für die große Natur mit ihren Millionen Eindrücken und für den weiten Raum zusammen und wird zur Sinnenstumpfheit. Diese späterhin aus dem Schlummer heraus zu bringen durch Waffenübungen, durchs Kriegs- und Feldleben ist doch sehr zweifelhaft.

---

*) Gerade um den jüngern Kriegern, obgleich sie die Waffenübungen vollkommen inne haben, in der Kraft und Gewandtheit nachzuhelfen, haben schon mehrere Preußische Regimenter Plätze zu den mannichfaltigen Leibesübungen errichtet. Der Verf. kennt den des 25sten Regiments, dessen Lehrer ihm zur Einübung zugesandt wurde. Dieß spricht deutlich genug für seine obige Meynung.

Muth und Entschlossenheit sind Haupteigenschaften des einzelnen Kriegers. Wir sahen oben, unter welchen ungünstigen Einflüssen der Knabe zum Jüngling erwächst. Nun trifft sichs gerade, daß in allen, an sich so trefflichen Waffenübungen — wir nehmen die der Reiterey aus — nichts ist, was irgend ein muthiges Wagen erforderte, alle werden mit einer so völligen Sicherheit vollzogen, daß kein besonderes Anregen des keckeren und lustigen Muthes davon zu hoffen ist. Gern unterwerf' ich diese Behauptung der strengsten Prüfung. Die Rede ist hier vom persönlichen Muthe des Einzelnen; dieser beruhet vorzüglich auf dem Bewußtseyn der Kraft und der Gewandtheit. Werden diese nicht durch Erziehung gegeben, schüchtert sie ein während ihrer ganzen Dauer: so können Waffenübungen nicht helfen. Was bey dem Heere zur Ermuthigung des Neulings nach und nach geschieht, fließt aus dem Umgange mit versuchten Kriegern, und aus dem Tone der Kriegsschaar. Wir sind am Schlusse einer nähern Untersuchung des wichtigen Gegenstandes.

* * *

Aus allem obigen geht die Nothwendigkeit hervor, die Jugend durch Erziehung auf zweckmäßige Art vorzubereiten, damit ihr die Waffentracht lustig und leicht werde, und damit sie einst, als fertig geübter Vaterlandsvertheidiger, in einer Vollkommenheit auftrete, welche nicht bloß den alten Begriff von Landmiliz und Contingent weit übersteigt, sondern selbst der höhern Vollkommenheit des eigentlichen Kriegers auf deutliche Art zu Hülfe kömmt.

Wie ist hierzu die Einrichtung zu machen? Was soll die Erziehung thun?

a. Sie soll den Menschen nicht bloß zum Menschen, sie soll ihn auch zum Bürger bilden; sie soll das Herz mehr hinwenden aufs Vaterland; sie soll den Geist heben, den natürlichen Muth nicht ohne Schonung, im unweisen Glauben an ewigen Frieden und ewige Ruh, im Knaben und Jünglinge niederdrücken und lähmen; sondern ihn leiten und stets das Rechte zeigen. Sie belebe den Sinn für Ehre, für Freyheit, für Unabhängigkeit des deutschen Volks und jedes rechtmäßigen Fürsten, der es rechtmäßig mit ihm meynt. — Amen! — Es ist viel — viel zu thun in dieser Sache, nur nicht hier in diesem Buche.

b. Sie vergesse des Leibes ihrer Zöglinge nicht, sondern nehme sich dessen an, sie entwickele seine Kräfte und Fähigkeiten durch mannichfaltige Leibesübungen — Und wie soll sie das?

Könnte dieß nicht am füglichsten durch die allbekannten kriegerischen Uebungen, durch Einführung der völligen Waffenübungen bey den Schulen geschehen?

Meine entgegen gehende Meinung ist ein deutsches Nein. Denn

Erstens: Die Erziehung würde dadurch leicht zu militärisch (ich gebrauche mit Fleiß diesen Ausdruck) werden; die freye Bewegung des Körpers und Geistes würde dadurch der Jugend zum höchsten Schaden viel zu früh beengt, so daß die freie Entwickelung und die Sonderheit des Einzelnen (Individualität) Schaden nähme.

Zweytens: Wir würden dadurch die fröhliche Zeit der Jugend gleichsam verfinstern;

Drittens: und dennoch würden wir nichts mehr gewinnen, als den Waffenmann in gewöhnlicher, wenn auch noch so guter Form; der ganze Vortheil bestünde höchstens darin, daß statt der Nicht-Exercirten der Ganz-Exercirte (mit Verfatz nehm ich den gewöhnlichen Ausdruck) zum Regiment käme; d. i. wir gewönnen in einer Reihe von Schul- und Lehrjahren doch nur, was der Neuling, wenn er zur Kriegsschaar kömmt, in weit kürzerer Zeit von tüchtigen Kunstverständigen lernt. Dafür aber

Viertens: setzten wir den jugendlichen Menschen sehr in Gefahr, durch diese einseitigen Uebungen früh in Gliedersteifheit zu gerathen. Dem Knaben und Jüngling gehören mannichfaltige Uebungen, die den Körper allseitig, nicht einseitig in Anspruch nehmen, bey jenen aber würde man mehr verlieren als gewinnen. Wenn wir auf eine Umwandlung der Leibeserziehung durch mannichfaltige Uebungen dringen, so kann die Absicht wohl nicht gehn auf den gewöhnlichen Kriegsmann; denn den haben wir längst. Zu einem Gegenstande gewöhnlicher Art ergreift man immer nur die gewöhnlichen Mittel; ist aber hier von einer Abänderung der Erziehungsart die Rede, von einer Vorschule zum Wehrstande, so kann der Zweck nicht auf das Gewöhnliche gehen; es muß durchaus ein Gedankenbild (Ideal) d. i. ein Gegenstand, der über dem gewöhnlichen steht, dadurch beabsichtiget werden, hier folglich das Ideal eines Kriegers als Vertheidigers des Vaterlandes.

Soll ichs, wie es mir und gewiß vielen braven Männern vorschwebt, in wenigen Zugen aussprechen, so sind meine Worte:

Denkt euch die ungeschwächteste Kraft und Ausdauer, das Können und Wollen im Ertragen der Anstrengungen, wie sie das Feld der Ehre zum Thun und Tragen anbietet, im Bunde mit körperlicher und geistiger Gewandtheit und männlichem Muthe; das ists, nach ihm strebe die Vorschule des Vertheidigers.

Wir wollen die Kraftanlagen des jugendlichen Körpers durch Uebung anregen, entwickeln und steigern, wenigstens erhalten und zu unserm Zwecke mannichfaltiger gebrauchen lehren, wenn sie schon durch Arbeit aufgeregt worden.

Wir wollen sie dem beschränkterem Gliedergebrauche beym Arbeiten vieler Werkstätte gelegentlich entziehn, und ihnen Gelegenheit geben, sich mannichfaltiger zu verwenden, um nicht in dem gewohnten Gebrauche zu erstarren.

Wir wollen eben dadurch dem Körper mehr Gewandtheit, Schnellkraft und Schnelligkeit geben, damit sich der künftige Wehrmann und Krieger um so leichter in tausend Lagen finden und aus schweren Lagen heraus winden lerne. Selbst manche, in seinem Stande geradehin nöthige Fertigkeit, welche die gewöhnliche Erziehung nie mittheilt, soll er erhalten.

Wir möchten den jugendlichen Geist durch dergleichen Uebungen, deren Sinn stets auf das Ueberwinden und

Besiegen körperlicher Hindernisse geht, muthig erhalten; dem gewöhnlichen Einschüchtern des Muthes, der zwar nicht Erziehungs-Regel, aber Erziehungs-That geworden, ein Gegengewicht geben, durch That.

Wir möchten durch dieselben die Sinnenkraft, die bey allen Versuchen, körperliche Hindernisse zu besiegen, gleichsam zur Berechnung der Kraft gegen die Last, durchaus nöthig ist, wach erhalten und schärfen. Aus ihr entsteht der wahre Muth; sie begegnet der Tollkühnheit, d. i. dem Thiermuthe.

Wir möchten endlich den bewunderungswürdigen Geist echter Kriegsschaaren, nämlich den des Gehorsams, der Ordnung, der Einigung und Einmüthigkeit durch dergleichen Uebungen frühzeitig mittheilen, daß er sich der jugendlichen Schaar, ohne das heitere Jugendleben zu verfinstern, bemächtige.

Das ist der Sinn, der Zweck einer Vorschule der Wehrkunst, wie sie mir vorschwebt. Fest und bündig fasse sie ihn in sich auf und sie wird leisten, was der Freund des Vaterlandes wünscht. Aber wie soll sie es?

2.

Wesen der Turnübungen.

Einst strebte mein Blick in die Werkstätte der Menschenbildung. Ich gewahrte recht viel Bildung des Geistes; keine des Leibes. Da wagt' ichs, mich des Verzärtelten anzunehmen und eine Erziehungslehre des Leibes zu schreiben; denn nicht viel mehr als eine ärztliche Pflege war damals zu finden. So entstand meine Gymnastik. *) Ihr Zweck ging auf Menschenbildung im allgemeinen. Dennoch nahm sie ein nordischer Staat, selbst in Hinsicht auf Krieg und Wehrhaftigkeit des Landes sehr wohl auf, ohne gerade diesen Gesichtspunkt anzudeuten. Ich selbst aber empfahl sie im Jahr 1804 dem Preußischen Minister v. M. für Land und Stadt als Vorbereitung zur Waffentracht. Eine beyfällige Aufnahme belohnte mich, der Plan begann zu reifen; aber die Frucht fiel ab im Jahr 5 und 6. Dennoch verbreiteten sich die Leibesübungen weiter und weiter. Ein Vaterlandsfreund trug sie bekanntlich nach Berlin 1810. Dort entflammte die Zeit des Drucks gerade den Geist des Volks und mit dem immer ungerechteren

*) Erste Ausgabe 1793; zweyte 1804.

Drucke die Kampflust: man fuhlte die Nothwendigkeit der Körperkraft und Gewandtheit; des Denkens darüber hatte man jetzt kaum noch nöthig. Mit dem Feinde des Vaterlands in die Schranken zu treten wurde zum Wunsch; was ich einst zu lehren wagte, wurde mehr und mehr geübt unter dem Namen der Turnübungen, mehr und mehr ging mein Wunsch in Erfüllung.

Allein so wie die reine Meßkunst, soll sie zur angewandten werden, einer besondern Gestaltung bedarf: eben so bedarf die rein-erziehliche Lehre der Leibesübungen (Gymnastik) einer besondern Gestaltung, wenn sie mit dem größten Vortheile angewandt werden soll zur Vorbereitung des Vaterlandsvertheidigers. Und was waren die Turniere, die Heinrich der Vogelsteller anordnete, von dem ersten, das er zu Meidenborg (Magdeburg) im Jahr 934 hielt, bis zu dem sechs und dreyßigsten und letzten, 1487 zu Worms, als ein stetes, lebendiges Aufregen deutscher Manneskräfte; als Waffenübungen, als übende Spiele, kräftig vorbereitend zum Ernst?

Darum glaub' ich, man solle auch jetzt in die rein-erziehlichen (pädagogischen) Leibesübungen so viel nähere, auf die jetzigen kriegerischen Uebungen berechnete Vorbereitung legen, als sichs schicken will für die jetzige Lage der Jugendwelt.

Und wie soll dieß geschehen?

Der Krieg ist Kampf eines Heeres gegen das andere. Verein und Ordnung des Einzelnen und Ganzen sind die Grundbedingungen des glücklichen Kampfs; denn sie

steigern die einzeln schwache Kraft zur unermeßlichen Gesammtkraft, die den Sieg davon tragen kann in ihrem großen Zusammenwuchse; zersplittert und aufgelöst nie. Der tausendgliedrige Körper stellt sich nach diesem Grundgedanken unter Einen vernünftigen Geist, dieser treibt durch Wort und Wink die Kraftrichtung dahin und dort hin u. s. w.

Diesen Grundgedanken des großen Kampfes soll und muß man auf die rein erziehlichen Leibesübungen übertragen und sie dadurch zu eigentlichen Turnübungen im engern Sinne umwandeln. Verein, Ordnung, Zeitmaß, Wink, Befehl, sind die Seele des Turnwesens.

Es ist gewiß, daß die rein gymnastischen Uebungen schon an sich trefflich vorbereitend sind zum vaterländischen Zwecke; gewiß, weil der Starke und Gewandte, der den Körper in seiner Gewalt hat, der schwimmen, springen, laufen ꝛc. kann, offenbar tauglicher für ihn ist, als der Schwache, der Ungeübte, der Schwerfällige; höher aber steht dennoch für ihn der, welcher vom Knabenalter an bey derselben Kraft und Gewandtheit auch zum Verein, zur genauern Ordnung zum Thun auf Wort und Wink und Zeichen eingeübt worden. Ist von Vorbereitung zum Wehrstande die Rede, so kann die Frage gar nicht seyn, welcher von beyden sich schneller in die eigentlichen Waffenübungen einwerfe; die Sache liegt offen vor Augen.

Darum wählet die Mittel zum Zweck, wie dieser sie will; übt nicht bloß die Kraft, übt auch den Geist in die Jugend: jene ist viel, dieser fast mehr; jene mache den Anfang, dieser die Vollendung. Die Gliederkunst gehe voran

als Vorübung, sie ist und bleibt, als rein erziehliches Mittel, das Hinträumen und Brüten und Erschlaffen des Körpers zu verjagen, von großem Werthe; dann aber fügt sie, soll von Turnübungen die Rede seyn, dem bestimmtern Zwecke des Vaterlandes; die Grundbedingung des Kriegs komme über sie, Verein, Ordnung, Wink, Zeichen, Befehl, im Gewande der heitersten Lust und Freude.

Dieß ist der echte Geist der Turnübungen! Welch einen gewaltigen Vorsprung muß die Jugend erhalten, die durch dieselben Uebungen nicht bloß stark und gewandt, sondern auch zum fröhlichem Wagen im Verein angeführt ist, die das Durchsetzen eines Kampfes gegen körperliche Hindernisse als ein gemeinschaftliches Stück Arbeit — wie beym Kriege die Feldschlacht — betrachtet, die sich dabey an abgemessene Ordnung ihrer Thätigkeit und Kraftäußerung gewöhnt, und durchaus auf Befehl und Wink zu achten gelernt hat. Ganz ist sie da schon beym friedlichen Kampfe, beym Tummeln und Dauern im Kleinen, was sie einst seyn soll beym Großen im Ernst.

Dieß nur ist der echte Geist der Turnübungen, wie wir sie jetzt für Leib und Geist haben können und müssen, wenn von einer Vorschule die Rede ist, die Vorbereitung seyn soll zum Ernst.

Ich möchte jedem die Sache zur nähern deutlichern Anschauung bringen. Wohlan!

Hier üben sich 12 junge Menschen im freien Hochsprung; einzeln versuchen sie ihre Kraft bey langsam steigender Höhe. Einen erfreulichen Anblick gewährt ihre jugendliche Anstren-

gung. Man sieht von selbst, wie sie nur auf Kraftvermehrung der untern Glieder geht. Hier ist kein Vereinen zum Ganzen, jeder folgt seinem bloß willkührlichen Streben, kein gemeinschaftliches geht auf die Ueberwindung eines gemeinschaftlichen Hindernisses; nur Wetteifer ist da und regt den Strebsamen auf. So die Verbindung.

Aber, jetzt laßt uns turnen. Sechs und dreißig bis funfzig tüchtig Vorgeübte, stellen sich in Gliedern paarweise, oder sechzig und mehr Drillingweise in Gliedern vor dem Hinderniß auf, das nicht berührt werden soll. Ein richtet euch! regelt die Stellung und kein Laut ist mehr hörbar. Ein Vorwärts! setzt sie in geregelten Trabschritt auf der Stelle; ein Marsch! zum Ablauf. So bildet sich ein Kreis nach fester Ordnung; mit gehaltenen Zwischenräumen, schweben die Glieder über das Hinderniß hin, unter gleichtönender Haltung des Tritres. Kein Laut erschallt aus irgend einem Munde, bis ein Halt! die Vollendung der gesetzten Umläufe ausspricht, und ein lustiges Hurrah! das allgemeine Jauchzen verkündigt. — Oder es treten 15 oder 25 und mehr in einem Gliede auf. Gut gerichtet, die Augen rechts zum Lehrer. Ein Turner! — Marsch! setzt sie in Trabschritt und im Nu ist die vorgezogene Schnur übersprungen. Lustiges Jauchzen folgt der stillen Aufmerksamkeit.

Das sind Turnübungen

wie ich sie denke und überall hin wünsche. Ich zergliedere nicht den innern Gehalt. Sind aber Knaben und Jünglinge des Vaterlandes auf solcherley Art, durch Aufgaben in allerley Uebungen auch geistig gefaßt und vorgeübt: sagt

Freunde des Vaterlandes, wie soll ihnen die leichte Fügung in die eigentlichen Waffenübungen noch fehlen? Darum laßt es nicht bloß bey dem alterthümlichen Namen, insofern darunter nur rein erziehliche Gymnastik verstanden wird, sondern gebt dem guten Namen die echte Sache.

Dieß sey durch die ganze Schrift mein Bestreben.

Allein der Knecht eines, wenn auch noch so guten Gedankens zu seyn — wie es leider Brauch geworden bey vielen Erziehern und andern — das ist mir verhaßt. Nicht der Gedanke soll Herrschaft üben über den Stoff, sondern der Mann, der ihn faßte. Dieß sey gegen solche gesagt, die im Nachspüren finden, daß nicht alle Hauptübungen sich dem obigen, wie ich glaube, richtigen Gedanken fügen. Freunde, was thuts? Ein bedeutender Theil fügt sich ihm gut und völlig, der ganze Rest aber sondert sich nach innerm Gehalt in zwey Theile.

Der Eine ist turnmäßig für sich und an sich; der Sinn des Kriegskampfes leuchtet aus seiner Natur von selbst hervor. So beym Waghalten der Steg, so die meisten Arten des Klimmens, das Wippklettern, das Ringen, Schießen, Schwimmen ꝛc.

Der andere Theil steh' da als reine Leibesübung nützlich und gut für sich. Ich halte mich frey von der Geistessteifheit (pedantischem Sinn) alles in Eine Form des Grundgedankens zwingen zu wollen.

Es ist genug, wenn sich ihm eine bedeutende Reihe von Hauptübungen willig fügte, denn sie allein schon dient hin

länglich, um als Vorbereitung zum Großen zu leisten, was man verlangt.

In diesem Sinne nun zerfallen die Hauptübungen des Turnplatzes in Vorübungen und Turnübungen.

Bei jenen unterscheiden sich von einander

a. Die Grund- oder Anfangerübungen, (Elementar-Uebungen.)

b. Von der Haupt-Vorübung.

So z. B. beym reinen Hochsprung sind die Grundübungen: Hüpfgang, Hupflauf, Hüpfen, Anschlag, Kniebug; der Hochsprung selbst aber ist Haupt-Vorübung. Aus dieser letztern ergeben sich dann die geregeltern Turnübungen im engern Sinne.

Noch einen Gegenstand muß ich kurz berühren. Die Krieger des stehenden Heeres haben hier und dort Leibesübungen begonnen, einzelne Schaaren haben schon ihre Turnplatze. Es fragt sich, sollen diese gleichfalls meinen oben entwickelten Hauptgedanken im Betreff der Turnübungen befolgen? — Sehr leicht ist die Antwort. Diese förmlichen Krieger sind als solche schon völlig eingeübt zum engsten Verein auf Wink und Befehl; ja diese Form ihrer Thätigkeit ist ihr tägliches Geschäft; sie bedürfen daher dazu keiner Vorbereitung, wie die Jugend in Schulen und nach ihrer Entlassung aus denselben; ja die geregelte Ordnung, und die Ausführung der Turnstücke auf Wink und Befehl könnte ihnen leicht als Fortsetzung des Militärzwanges (ich nehme das gewöhnliche Wort) erscheinen.

Das soll aus guten Gründen nicht so seyn. Nur der Freywillige besuche den Platz und kein Zwang widriger Art finde Statt. Allein genau betrachtet steckt der Militärzwang nicht so wohl in der geregelten Ordnung der Uebungen, sondern in der Strenge des Militärgesetzes; fällt diese weg, so kann es sehr wohl gedacht werden, daß sie selbst in der geregelten Ordnung keine Zwang=, sondern nur die Lust=Regel erblickten. In diesem Falle möchte man die eigentlichen Turnübungen wohl nirgends schöner in ihrer Ausführung sehen, als auf den Plätzen geübter Krieger.

Doch Maß und Ziel seyen das Rechte, darum zu den Uebungen selbst.

Darstellung

der

Turnübungen.

Das Gehen und Laufen.

Mit den natürlichsten aller Leibesübungen laßt uns beginnen. Die Kraft, die Ausdauer und Gewandtheit der untern Glieder sind jedem so wünschenswerth. Wie könnte der Sohn des Vaterlandes dieser Eigenschaften entbehren, wenn er hinaus geht? Ueberdem aber ist auf der Stärke der untern Glieder die Kraft des Rückens, des Arms, der Faust so sehr begründet, und kann nicht ohne diese gedacht werden.

A. Das Gehen.

Immer sind bey dieser Uebung vier Rücksichten ins Auge zu fassen. Anstand, Dauer, Schnelligkeit und Gewandtheit.

Vorübungen:

1) Anstand. — Möge der Turnlehrer in Rücksicht auf Anstand jeden Anfänger, gleich wenn er eintritt, ins Auge fassen und ihn durch stilles Erinnern auf das Fehlerhafte im Ganzen aufmerksam machen. Oft nehme er alle die, deren Gang sehr fehlerhaft ist, besonders vor, lasse sie bald gerade vor sich hinaus, bald quer

vorüber, bald langsam, bald geschwinde gehn und bemerke jedem das Nöthige. Die meisten wissen kaum, daß sie schlecht gehen, und bey vielen ist es fast allein hinreichend, sie damit bekannt zu machen. Wachsen aber die Fehler des Ganges, die man auf dem Lande so häufig findet, mit dem Körper auf: wie schwer ist es, sie einst in Reihe und Glied abzulegen.

Manches, was weiterhin bey der ersten Turnübung vorkömmt, namentlich Stellung, Wendung und die ersten Versuche des Kriegsschrittes (Marschirens) kann hier schon bey den Anfängern als Vorübung zum Vergnügen hergezogen werden. Um des Zusammenhanges willen findet man dort, was schon früher anwendbar ist.

2) Dauer. Schon ein geübtes Kind von 5 Jahren geht drittehalb Stunden Wegs. Gewöhnlich gibt es aber auf dem Lande, wie in der Stadt, sehr träge, kraftlose Gänger aus Mangel an Uebung. Und doch ist Dauer im Gehen jedem nöthig. — Die Anfänger übe der Turnlehrer auf kurzen nach und nach anwachsenden Lustwanderungen. Er vermeide die Gebirge nicht, wenn die Gegend sie hat, doch erscheine diese Uebung nur als Lustgang.

3) Schnellgang. — Die Uebung im Schnellgehn darf durchaus keinem Turner fehlen. Wir wissen, was dem Waffenmanne darauf ankömmt, dem Feinde im Vorwärtskommen etwas abzugewinnen. — Bey den so eben unter 2 erwähnten kleinen Wanderungen kann der Anfänger nach und nach zugleich sehr gut im Schnellgehn vorgeübt werden. Der Turnlehrer legt es, wenn schon einige Dauer erlangt ist, durch allmählige Beschleinigung seiner Schritte darauf an. Er bringt die junge Gesellschaft häufig bis ans Laufen, ohne dieses zuzuge-

ben. Er setzt damit ab zur Erholung, und beginnt sodann von neuem.

Ist ein ächter Turngeist in solcher Jugend, so wird der Uhrzeiger ein reizender Nebenbuhler, man hat Begierde, ihn zu besiegen. Gemächlich wandere der Turnlehrer zum ersten Mal zu einem gewissen, nur 15 bis 20 Minuten entfernten Orte mit der Gesellschaft. Die Uhr zeige, wie viel Zeit man gebraucht habe. Bey jedem nachfolgenden Versuche desselben Weges, werden der Zeit einige Minuten abgewonnen durch Beschleunigung der Schritte.

4) Die Gewandtheit im Gehen sucht man vergeblich in den Flachlanden, nur in Gebirgsgegenden findet sie sich. Aber der künftige Waffenmann muß den Kriegsweg nehmen, wie er ist. Stelle man in Gedanken eine Schaar Tiroler neben eine des Flachlandes, wenn's in den Gebirgen gilt, und wähle. Es ist nöthig, hier soviel als möglich nachzuhelfen. Der Turnlehrer bringe daher, wenn die Gegend es möglich macht, die Anfänger auf ihren kleinen Lustwanderungen immer lieber ins Gebirge, als ins Flachland, damit sie sich einstweilen zu den derbern Uebungen vorbereiten. *)

Dieß ist in der Kürze alles, was der Turnlehrer mit den ersten Anfängern in Hinsicht aufs Gehen, so oft als es seyn kann, vorzunehmen hat. Bedenkt man, wie vortheilhaft diese kleinen Uebungen für so viele Kinder, wie nothwen-

*) Ein mir übergebener Knabe, etwas über 6 Jahre alt, konnte einen Berg von geringer Höhe weder hinauf noch hinab, es war ihm ganz unmöglich. Indeß ein Paar seiner Gespielen, kaum 4 Jahre alt, lustig daran auf und ab scherzten, weinte er ängstlich. Er hatte noch nie einen Berg erstiegen. Allein in einem einzigen Sommer gab sich diese Unbeholfenheit.

dig sie ihnen, den oft verwerflichten oder in dumpfen Wohnungen aufgezogenen, sind, und wie belehrend zugleich die Wanderungen gemacht werden können: so wird man die darauf gewandte Zeit wohl schwerlich für verloren halten können.

Turnübungen.

1. Der Kriegsschritt. Der Turnplatz soll die Jugend zum Wehrstande nur vorbereiten, folglich die eigentlichen Kriegsübungen selbst nicht schon aufnehmen. Richtig allein, wenn unter diesen Uebungen solche vorkommen, von denen die Jugend allgemein angezogen wird und die sie überall zum Vergnügen schon von selbst nachahmt; wenn sie ihren Kräften angemessen und in jeder andern Hinsicht bildend für den Körper sind: so dürfen sie keinem Turnplatze fehlen. — In der Voraussetzung, daß diese kriegerischen Uebungen jetzt allgemein bekannt sind, würde ich hier die schriftliche Anleitung zu denselben übergehen; allein die Vollständigkeit des Ganzen erlaubt eine solche Uebergehung nicht, und ungeachtet des allgemeinen Bekanntseyns der Sache bedürfen doch wohl sehr viele einer schriftlichen Anordnung derselben, zumal wenn der erste der beste gediente Krieger, der in der Nähe wäre, sich zur Unterweisung nicht eignet.

Es kann mir nicht einfallen, hier mehr geben zu wollen, als ein Abece der kriegerischen Bewegung; die Leselehre gibt in der Folge der kriegerische Uebungsplatz. Wird aber dieses kunstlose Abece, so kurz es auch ist, auf den deutschen Turnplätzen angenommen, wird dadurch der jugendliche Turner so weit vorgeübt, daß er auf dem kriegerischen Uebungsplatze, die sonst so schwierigen Anfänge einst leicht findet: so ist mein Zweck erreicht. Ich entsage dabey aller und jeder Lehrkünstley, wodurch so oft der leichteste Stoff so gewaltig aus

einander gearbeitet wird, daß der Verstand davor zurück schaudert oder still steht.

Die kriegerische Stellung, die Wendung, der Kriegsschritt und die Schwenkung, das ist es, was ich kurz und einfach dem lernlustigen Turnlehrer beschreiben möchte. Treff' ich, wie ich strebe, das rechte Maß und Ziel in Worten und Angaben, so, daß jeder danach eine solche Abcelehre selbst thätlich durchführen kann: so ist mein Wunsch erfüllt.

Der Turnlehrer fordere die Freywilligen auf; immer sind diese die besten zum Anfang. Nur die gar zu jungen halte er zurück; sie sind noch zu faselhaft, es gebricht ihnen die nöthige Stetigkeit. Oder er nehme sie in kleiner Zahl besonders und übe sie nie ganz so lange, als sie es wünschen.

Uebung. 1. Die Stellung oder Haltung des Körpers.

Alle gelehrten Kriegsmänner stimmen darin überein, daß die Stellung des Kriegers von großer Wichtigkeit, daß sie die Grundlage von allen geregelten Kriegsübungen sey. Es ist sehr zu loben, daß diese Stellung nichts Unnatürliches enthält; findet sich der Anfänger dabey gezwängt, so ist dieß ein Zeichen, daß er bisher in seiner Haltung unter dem guten männlichen Anstande geblieben. Ich ordne die nöthigen Bestimmungen nach den Theilen des Körpers.

Füße: — Die Absätze stehn auf derselben geraden Linie; d. i. der eine steht nicht hinter dem andern mehr oder weniger zurückgezogen. Sie werden an einander geschlossen, wenn der Kniewuchs nicht zuwider ist. Die Fußspitzen wenden sich auswärts, so daß die Füße fast einen rechten Winkel bilden. Die Last des Körpers ruhet weniger auf den Fersen, als auf den

Fußballen. Hierdurch wird der Stand fester, weniger wankend.

Knie: — Krumm gehaltene, d. i. gebogene Knie sind ein arger Fehler; sie werden zurückgezogen, jedoch nicht steif gehalten.

Rumpf: — Von vorn oder hinten angesehn völlig gerade und senkrecht auf den Hüften; aber von der Seite betrachtet erscheint der Oberleib etwas vorgebracht, d. i. nach vorn hin übergeneigt, so daß eine senkrechte Linie vom Hinterkopfe durch den Nacken auf die Fußspitzen fallen würde. Durch diese Haltung rückt die Last vor und ruht mehr auf den Fußballen, als auf den Fersen oder Absätzen.

Bauch: — Mäßig eingezogen. Ein Hervorstellen desselben mit einwärts gezogenem Rücken darf gar nicht Statt finden; eben so wenig ein gezwängtes Einziehen, wodurch das Athmen gestört würde.

Brust: — Frey heraus.

Schultern: — Zurückgezogen und in gleicher Höhe; keine werde mehr oder weniger vorgestellt.

Arme: — Natürlich am Leibe herabhangend; Oberarm und Ellenbogen an den Leib gerückt; die Handballen etwas nach außen gedreht.

Kopf: — Gerade, ungezwungen; das Kinn mäßig gegen den Hals gezogen. Der Blick hafte nicht gerade nieder am Boden, sondern gehe frey hinaus.

Lehrart. — Auf kriegerischen Uebungsplätzen nimmt man gewöhnlich nur Einen, höchstens zwey bis drey Mann vor. Hat man schon anderweitig vorgeübte Turner, so kann man sehr wohl 6, 8 und mehr zugleich vornehmen; denn eine gar zu kleine Zahl würden den Lehrer zu wenig beschäftigen.

Sie stellen sich in Reihe, einen Schritt von einander. Der Turnlehrer könnte, wenn sie da stehn, jeden nach allen seinen Theilen in die obigen Lagen und Haltungen rücken, ohne Worte zu machen; allein dieß ist nicht der rechte Weg. Wörtlich gebe er kurz an, was zu thun sey, und lasse sie selbst ihre Stellung anordnen, sie würden sonst nicht begreifen, was sie thäten und nicht zum genauern Bewußtseyn ihrer Stellung kommen.

Er mustere jeden der Reihe nach einzeln durch, verweile nicht immer auf der Stirnseite, sondern durchschaue auch die Rückseite der Reihe.

Willkürliche Bewegungen und Plaudern werden nie gestattet; da aber dieselbe Haltung des Körpers bald ermüdet, so wird von Zeit zu Zeit befehliget (commandirt):

Rührt euch!

Von diesem Augenblick an darf sich jeder frey bewegen, jedoch so, daß der linke Absatz immer die Linie festhält, auf der die Reihe stand, indeß der andere Fuß nach Belieben gesetzt werden kann. Bey der Jugend des Turnplatzes ist hierauf nicht streng zu halten; es sey genug, die Reihe nicht zu verlassen und aus einander zu laufen.

Soll jeder wieder die geregelte Stellung annehmen, so wird befehliget:

Still gestanden!

Es ist gut, auf diese Art oft zu wechseln; denn da jeder beym Rühren die geregelte Stellung verläßt, so ist es jederzeit eine übende Aufgabe für ihn, selbst sie wieder zu finden. Auch sieht der Turnlehrer bey dieser Gelegenheit, wie weit der Anfänger die richtige Stellung begriffen und eingeübt hat.

Uebung 2. Blickwurf oder Kopfbewegung.

Um bey sehr leichter Aufgabe den Anfänger an Befehligung zu gewöhnen, ist es allerdings nützlich, mehrmals den Blickwurf der mit geringer Kopfbewegung verbunden ist zu üben. Die Aufgabe ist, den Kopf im Nu rechts oder links zu drehen, ohne den übrigen Körper zu bewegen. Die Befehlsworte sind:

Köpfe — rechts! (oder links!) oder
Augen — rechts! (oder links!) *)

Auf das Ausführungswort rechts! drehen die Turner Kopf und Blick rechts; schnell, jedoch nicht reißend. Die Wendung des Kopfs ist nur gering und geht der Regel gemäß nicht weiter, als daß der innere Winkel des linken (bey links des rechten) Auges gerade über die Halsgrube kömmt.

Uebung 3. Halbe Wendung.

Die Aufgabe ist, sich auf dem linken Fuße rechts oder links so weit zu wenden, daß man mit dem Gesichte dahin gerichtet ist, wohin vorher die rechte oder linke Schulter gerichtet war.

Auflösung: Alle Wendungen (halbe und ganze, links oder rechts) geschehen auf dem linken Absatze. Die Befehlsworte zur halben Wendung sind:

Rechts — (oder links) — um!

---

*) Jede Befehligung besteht aus zwey Theilen; der erste (oben: Köpfe —) kündigt bloß an, was geschehen soll, ist Ankündigung und wird langsam oder etwas gedehnt gesprochen. Der letzte Theil, oder das Ausführungswort (oben: rechts!) muß kurz abgestoßen ausgesprochen werden; es bezeichnet aufs strengste den Augenblick, in welchem die Bewegung vollführt werden soll.

Bey der Ankündigung wird die Last auf den linken Absatz gelegt, die Fußspitzen heben sich etwas, der rechte Fuß verläßt auf um! den Boden unmerklich, die Wendung geschieht und der rechte Fuß wird ohne Stampfen an den linken angesetzt, wie er nach der Regel der Stellung stehn muß.

Um die Wendung rückgängig zu machen, wird befehliget:

Compagnie — Front!

Uebung 4. Die ganze Wendung.

Die Aufgabe ist, sich so weit umzuwenden, daß man mit dem Gesicht dahin gerichtet ist, wohin vorher der Rücken gerichtet war. (Diese Wendung geschieht bey dem Preußischen Heere jederzeit nur links). Die Befehligung ist:

Ganze Compagnie! — Kehrt! *)

Bey den Ankündigungsworten greift die Rechte auf die Stelle der Tasche; auf das Kehrt! wird die Wendung vollzogen; kaum ist diese geendigt, so verläßt die rechte Hand die Tasche und der rechte Fuß wird beygesetzt.

Soll wieder hergestellt, d. i. in die vorige Stirnrichtung zurückgekehrt werden, so geschieht es ganz auf dieselbe Art, nur die Befehlsworte sind abgeändert in:

Ganze Compagnie — Front!

Lehrart. Es ist durchaus erforderlich, jeden Turner diese Wendungen so lange einzeln vornehmen zu lassen, bis

*) In den Ankündigungsworten: Ganze Compagnie liegt die Ankündigung der ganzen Wendung eigentlich nur in dem Worte ganze; es darf nicht ausgelassen werden.

er Fertigkeit erlangt hat. Wollte man sie gleich anfangs von einer Zahl zugleich machen lassen, so würde man die Fehler, die jeder macht, nicht bemerken können, weil alle zugleich in derselben Secunde vorfielen. Dennoch aber lasse man die Turner in einer Reihe vereint stehen und zwar zuerst in Schrittsweite von einander, bald aber in geregelter Nähe, so daß Arm den Arm leise berührt. Durch die erste Stellung wird das Anlehnen verhütet und der Verlust des Gleichgewichts ist dem Lehrer bemerkbarer; durch die zweyte wird Anstoßen des Schwanken und Wanken dem Anfänger selbst deutlich, indem er links und rechts durch Anstoßen sinnlich genug erinnert wird; auch ist es nöthig ihn an den beengteren Raum bald zu gewöhnen.

Die Grundregel bey der Wendung ist, in der ganzen Haltung des Körpers nichts zu verändern; Fehler sind die Verrückung der Absätze, das Schlendern mit den Armen, die Verbiegung des Körpers nach irgend einer Richtung, das Hinausstellen des Kreuzes, das heftige Herumreißen des ganzen Körpers. Die Wendung, zumal die halbe sey rasch, aber nicht gewaltsam, sie scheine ohne alle Mühe und Anstrengung zu erfolgen.

Der Schritt.

Arten. Der Kriegsschritt ist von dreyerley Arten, welche sich nach der Geschwindigkeit abstufen. Jede hat ihr Eigenthümliches. Sie sind:

a. Der gewöhnliche Schritt (Ordinär-Schritt).

b. Der Geschwindschritt, oder Quickschritt.

c. Der Trabschritt.

Alle drey geschehn nach abgemessenem Zeitmaß (Tackt) und mit Tritthaltung. *)

Maß.

a. Der gewöhnliche Schritt macht 75 in jeder Minute.
b. Der Geschwindschritt 108.
c. Der Trabschritt kann nach meiner Meinung auf 220 gesetzt werden.

Soll der Geschwindschritt oder der Trabschritt beschleunigt werden, so gibt die Trommel den geschwinderen Tackt an.

Ordnung.

1. Bey jeder Art des Schrittes wird auf das Befehlswort: Marsch! nie mit dem rechten, sondern durchaus mit dem linken Fuße zuerst angetreten, d. i. der erste Schritt gemacht.
2. Beym Haltmachen wird auf das Wort Halt! der schwebende Fuß nieder gesetzt und der rückständige neben ihn auf die Linie gezogen, aber kein neuer Schritt mit diesem gemacht.
3. Bey jeder Art muß Schritt gehalten werden, d. i. keiner muß größere Schritte machen als der andere, er darf nicht vorprellen, noch zurückbleiben. Bey den bey-

*) Tritt halten heißt in einem ganzen Gliede die gleichseitigen Füße gleichzeitig fortsetzen, so daß jetzt alle linken, jetzt alle rechten Füße vorschreiten. Schritte ein Mann mit dem rechten Fuße vor, indem die übrigen den linken fortsetzten, so wäre er außer dem Tritte, hielte nicht Tritt, sondern hätte falschen Tritt.

Beym Trabschritte wird zwar bey unsern Kriegsheeren kein Tritthalten erfordert; Versuche lehren mich aber, daß es sehr wohl dahin zu bringen sey: wenigstens sollte es auf dem Turnplatze geübt werden.

den ersten Arten wird hierauf genau gesehn; beym Trabschritte weniger genau, doch darf das Glied nicht getrennt oder gar aufgelöf't werden. — Wir gehn nach diesen allgemeinen Angaben zum Einzelnen über.

Uebung 5. Der gewöhnliche Schritt.

Die Haltung sey frey, gerade, ungezwungen, wie oben bey der Stellung angegeben worden. Die Befehligung mag hier, wo nur noch von Vorübung des einzelnen die Rede ist, lauten:

Vorwärts — Marsch!

Bey dem Ankündigungsworte legt der Turner die Last auf den rechten Fuß, und auf Marsch! schreitet der linke aus.

Bewegung. Kraft und Raschheit muß aus der ganzen Bewegung sprechen. Lebhaft streicht z. B. der linke Fuß vorn hinaus nah über den Boden hin. Ein hohes Aufheben, wie wohl ehemals gewöhnlich war, findet gar nicht Statt, man will ja nur vor-, nicht aufwärts. Das Knie ist gespannt, nicht gekrümmt; die Fußspitze ist gesenkt, d. i. streckt sich vorwärts, so daß Sohle und Boden gleichlaufend stehn, und wird etwas auswärts gewandt.

Der ganze obere Körper, ruhend auf dem rechten Fuße, schickt sich merklich dem schreitenden nach. Natürlich sinkt seine Last zu diesem hinüber, indem sich der Fuß völlig flach, d. i. mit der ganzen Sohle zugleich ohne Heftigkeit auf den Boden setzt, ohne daß die Absätze im geringsten früher den Boden berühren. — Hat der linke den Boden gewonnen, so hebt sich der Absatz des rechten von ihm auf; der rechte Fuß streicht lebhaft neben dem linken weg und wird, unter derselben Haltung wie dieser, nieder gesetzt.

Ein mattes, schlaffes Schreiten ist nicht Kriegsschritt; kein Wanken und Schwanken mit dem obern Körper findet Statt. Die Füße fliegen gerade nach vorn hinaus, nicht schief, oder gar mit Ueberkreuzung. Hüften und Schultern bleiben ganz in der Linie, keine dreht sich vor. Die Größe jedes Schrittes von Absatz zu Absatz ist 2 Fuß rhnl. bis 2 F. 4 Z. Auf dem Turnplatze ist von dieser Regel natürlicher Weise kein Gebrauch zu machen, weil man es nicht mit Erwachsenen zu thun hat. Dagegen ist streng darauf zu sehn, daß der Schreitende nicht mit den Absätzen niederhackt und dadurch den Schritt verkürzt, sondern redlich ausschreitet mit richtiger Vorschiebung des ganzen Rumpfes.

Lehrweise. Die Turner stehn in Reihe aufgestellt, jeder hat dabey nebenan Gelegenheit, sich ausdauernd in der regelmäßigen Stellung zu üben. Da hier noch nicht vom eigentlichen Marschiren die Rede ist, sondern nur von der Vorübung desselben, so wird die Uebung nicht von der ganzen Reihe zugleich vorgenommen, sondern zuerst nur von jedem einzeln; dann Paarweis, dann zu Dreyen, zu Vieren. Daher die Befehlsworte: Erster Mann — Marsch! Erstes Paar — Marsch! Erstes Drey — Marsch! u. s. w. Schreitet jeder einzeln, so wird es dem Turnlehrer leichter, jeden Fehler zu verbessern und so die Grundlage zum Marschiren richtig zu legen. Machen dann 2, 3, 4, 5 nach und nach den Schritt zugleich, so gewöhnt sich dabey der Lehrer selbst, mehrere zugleich zu übersehn und die Turner erhalten zugleich die erste Vorübung, die Linie zu halten und Schritt und Tritt abzumessen.

Ist der erste Mann, das erste Paar ꝛc. 10 bis 15 Schritt vorgerückt, so wird befehligt: Halt! Man geht zu dem folgenden Mann ꝛc. über. Nach und nach wachse so das schrei-

rende Glied. Vom Anfange an halte man auf Tackt des Schrittes und gebe das Zeitmaß durch Zählen, oder will man zugleich den falschen Tritt verhüten, durch die tacktmäßig gesprochenen Worte: links! rechts! an.

Uebung. 6. Der Geschwindschritt.

Haltung und Bewegung: der obere Körper mehr vorgeneigt als gewöhnlich; das starke Anziehn der Knie fällt weg, sie sind merklich gebogen. Beides ist nothwendige Folge des schnelleren Fortschreitens. Alles übrige ganz wie bey dem gewöhnlichen Schritte. Die Befehligung ist:

Geschwindschritt — Marsch!

Will man ihn mehr beschleunigen, so gibt die Trommel das geschwindere Zeitmaß an; soll aber der gewöhnliche Schritt wieder eintreten, so wird befehligt: Ordinär!

Die Lehrart kann mit der vorigen ganz übereinstimmen.

Der Trabschritt. Ist hier nur im Vorbeygehen zu nennen, insofern der Geschwindschritt nächste unmittelbare Vorübung zu ihm ist.

Haben die Turner schon Uebung im Lauf auf die Dauer gehabt, und sind sie in den obigen beyden Schrittarten fertig geworden: so hat diese Uebung, die, wie es mir scheint, von nicht geringer Wichtigkeit im Kriege ist, keine besondere Schwierigkeit. Wir werden beym Laufen, wohin diese Uebung gehört, darauf zurückkommen.

Uebung 7. Richtung im Gliede.

Richten heißt, sich in regelmäßiger Stellung, ohne Gedräng und Lücke in eine Reihe (Glied) aufstellen, so daß

diese eine gerade Linie bildet, so wohl in den Absätzen als Schultern. Dieses Richten zu einer geraden Linie soll nicht von dem Turnlehrer durch Hand und Richtscheid hervorgebracht werden; sondern die Turner sollen sich selbst richten lernen, der Lehrer soll nur dazu anweisen und verbessern.

Fehler sind:

a. Gedrängtheit. Die Regel dagegen: Jeder soll seinen Nebenmann am Ellenbogen nur leise fühlen, nicht drücken. Hierdurch ist zugleich einem entgegengesetzten Fehler, dem Lassen einer Lücke, vorgebeugt. Die Fühlung wird natürlich nur nach Einer Seite hingenommen, damit sich jeder nur nach einem Punkte hin zum Nebenmann halte. Gewöhnlich geht die Fühlung nur zur Seite des rechten Flügelmanns hin.

b. Abweichung von der geraden Linie. Die Entdeckung dieses Fehlers soll jeder selbst machen, der nicht gerichtet ist. Der Blick unter gehöriger Richtung des Auges entscheidet. Der Kopf wird nach Uebung 2. rechts geworfen. Trete der Turner so ins Glied, daß er, bey richtiger Stellung und Kopfhaltung rechts blickend, mit dem rechten Auge nur die Brust des zweyten Nebenmannes zur Rechten, mit dem linken, etwas vorstehenden Auge den Schein der ganzen Linie sehn; und er wird gerichtet seyn.

Findet sich irgend einer nach dieser Regel nicht in Richtung, so darf er, wenn anders die Haltung des obern Körpers richtig ist, nicht durch Vor- oder Rückwärtslehnung des Körpers in die Richtung zu kommen suchen, sondern er muß durchaus vor oder zurück treten.

Lehrart:

1. Der Turnlehrer lasse die Theilnehmer, geordnet nach Größe, nur obenhin in Reihe treten, sammtlich dem Flügelmann zur Linken. Jetzt trete letzterer einige Schritt aus der Linie hervor, und einer folge nach dem andern, um sich nach obigen Regeln an den Vormann zu reihen. Mehrere Versuche werden der Vollkommenheit näher bringen. Man verbessere die Fehler, lasse sodann den Flügelmann von neuem vortreten und wiederhole das richtende Anreihen mehrmals hinter einander.
2. Um mehr Ordnung und zugleich einige Veränderung in die Sache zu bringen, stellt der Turnlehrer wirkliche Punkte (Points) auf, zwischen denen die Richtung vollzogen werden soll. Auf die Worte:

   Punkte vor!

   tritt sowohl der rechte als linke Flügelmann auf 6 Schritt geradaus aus dem Gliede vor. Man befehliget:

   Richt euch! — Marsch!

   und das ganze Glied rückt zwischen die beyden Punkte vor und richtet sich. Sodann untersuche der Lehrer und verbessere die Fehler.
3. Zu gleichem Zweck wird ein ander Mal befehligt:

   Rückwärts richt euch — Marsch!

   und das ganze Glied wird rückgängig. Der linke Fuß tritt auch hier zuerst an, gerade rückwärts. Man schreitet, ohne die Füße zu kreuzen, einige Schritt rückwärts hinaus, bis befehliget wird:

   Halt!

   Auf dieses Wort treten, wie oben, die beyden Flügelmänner als Richtungspunkte vor und es wird befehliget:

   Richt euch!

   worauf das Glied einrückt, wie vorhin.

Uebung 8. Richtung und Aufstellung in zwey und drey Gliedern.

Sind die Turner in voriger Uebung zur Fertigkeit gelangt, so kann diese neue Aufgabe keine große Schwierigkeit haben. Man kann anfangs nur in zwey Gliedern, d. i. Reihen auftreten lassen, um sich die Uebersicht zu erleichtern. Bey den Heeren aber steht das Fußvolk jederzeit in 3 Gliedern.

Im ersten d. i. vordersten stehn die größesten. Jedes Glied steht von dem andern 2 Fuß rheinl. entfernt, d. i. der Rücken des Vormanns ist von der Brust des hinter ihm stehenden 2 F. entfernt. Die 3 hinter einander stehenden Mann machen eine Rotte. Sind 30 Turner aufgestellt, so machen sie folglich 10 Rotten in 3 Gliedern. Wären aber nur 29 Turner da, so würde im mittelsten Gliede auf dem linken Flügel der vorletzte Platz leer bleiben; fehlte noch einer, so würde noch ein zweyter Platz im mittelsten Gliede leer bleiben. Im ersten darf nie ein Mann fehlen.

Die Rotten müssen genau gehalten werden, d. i. die drey Mann derselben müssen in gerader Linie stehn, der hinterste muß die vordern decken.

Die ganze Aufgabe liegt folglich, außer der gehörigen Richtung, nur in richtiger Entfernung der Glieder von einander, in gleichlaufender Aufstellung derselben und genauer Haltung der Rotten. Es ist daher nichts dienlicher, hierin Uebung zu geben, als die ganze Stellung in Gliedern oft aufzulösen und sie von den Turnern selbst wieder finden zu lassen.

Uebung 9. Das Schließen.

Aufgabe: — Das Schließen ist Fortbewegung eines Gliedes auf der Fortsetzung derjenigen Linie, auf welcher dasselbe steht. Es kann daher bald rechts, bald links geschehen, und wird jederzeit mit kurzen Seitenschritten und mit der Schnelligkeit des Geschwindschrittes ausgeführt. Weil das Seitwärtsschreiten auf große Strecken zu viel Zeit rauben würde, so wird es nur auf ganz geringe Entfernungen angewandt. Die Befehligung ist:

Rechts schließt euch — Marsch!

Ausführung: — In kleinen Schritten ohne Beugung des Knies, ohne Stellung und Richtung zu verlieren und ohne zu stampfen, schreitet der rechte Fuß auf das Wort Marsch! voran; der linke zieht sich stets an diesen heran. Es muß genau Tritt gehalten werden und es ist im Anfange nöthig, den Tackt des Geschwindschrittes durch Zählen 1 — 2 — 3 — 4 anzugeben.

Soll links geschlossen werden, so wirft der Turner bey der Befehligung:

Links schließt euch!

die Augen links. Die Hemmung der Bewegung geschieht durch

Halt!

und ist links geschlossen worden, so werfen die Turner den Blick bey diesem Worte sogleich wieder rechts. Fühlung und Richtung geht immer nach dem Flügel wohin man schließt.

Diese Uebung ist bey der Erlernung des Richtens oft vorzunehmen; sie dient sehr wohl dazu, die Anfänger in Festhalten der regelmäßigen Stellung und Richtung fester zu machen.

Ist das Halt! ausgesprochen, so bleibe jeder Turner stehn, wo er ist; es wird sich offenbaren, wer Fehler begangen, wer die Richtung verloren oder eine Lücke veranlaßt hat. An letzterer ist jedesmal, wenn rechts geschlossen wurde, derjenige Schuld, auf dessen rechter Seite die Lücke ist; denn er ist, unter Aufgebung der Fühlung rechts, seinem Nebenmanne nicht gehörig gefolgt. Und so umgekehrt, wenn die Schließung links ging.

Das Marschiren.

Der Marsch schließt sich unmittelbar an die Kunst des Richtens und Schreitens. Was beym Schritt bloß als Uebung für den Einzelnen berechnet, und dort bloß Vorübung war, wird beym Marsch angewandt auf ganze Glieder und allmählig auf Aufstellungen von zwey und drey Gliedern. War der Schritt bloß abgestuft nach Zeitmaß und Tritthalten, so erscheint er beym Marschiren zugleich nach seiner Richtung

gerad'aus als Frontmarsch oder
schreg als Schregmarsch (Marsch auf der Diagonale.)

Setzt man die richtige Stellung und Haltung jedes Einzelnen im Gliede und die Tritthaltung voraus, so sind die übrigen Grundbedingungen des Marsches

1. Haltung der Linie des Gliedes,
2. Haltung der gegebenen Richtung des Marsches.

Ohne die erste Bedingung würde der regelmäßige Verein in der Aufstellung verloren gehn, die Glieder würden gebogen, gebrochen und getrennt; ohne die zweyte würde man es nicht in seiner Gewalt haben, zu dem bestimmten Zielpunkte vereint zu gelangen.

Uebung 10. Der Marsch gerad'aus (Frontmarsch).

Die Aufgabe ist, daß sich das aufgestellte Glied (oder die 3 Glieder) gerade aus vorwärts bewege, so daß die Linie, welcher der Flügelmann folgt, senkrecht gerichtet sey gegen die Aufstellungslinie des Gliedes.

Die Auflösung beruht auf folgendem.

1. Dem Flügelmann (er sey rechts oder links) wird ein entfernter Punkt bestimmt, der so liegt, daß die Linie von ihm bis zum Flügelmann, senkrecht gegen die Standlinie des Gliedes gerichtet ist. Ihr muß er ohne Abweichung folgen. Um dieß zu können, muß er schnell mit den Augen Zwischenpunkte suchen, die in der Linie liegen, sey es ein Stein, ein Maulwurfshügel, ein Erdklumpen, eine Pflanze ꝛc. *) Aber auch ohne jene Angabe des Punktes muß er geübt werden, auf einer senkrecht gerichteten Linie obiger Art hinauszuschreiten.

2. Jeder Turner im Gliede muß mit jener Linie des Flügelmanns einstimmig marschiren. Nach dem Flügelmann geht die Richtung (in der Regel rechts, im entgegengesetzten Falle wird vorher befehliget: Augen — links!) Jeder muß seinen Nebenmann derjenigen Seite,

*) Selbst den Landleuten ist dieses Nehmen eines Zwischenpunktes bekannt; um beym Grashauen die Wiesengränze zu halten, wird sie im Grase als gerade Linie von einem Grenzsteine zum andern abgeschritten. Hierbey faßt das Auge in den Blumen oder Stengeln Zwischenpunkte auf, und über diese wird der Schritt gerichtet.

nach welcher die Richtung geht, am Arm leicht — drückend durchaus nicht — fühlen und darf ihn nicht verlassen. Drängen und drücken darf nicht Statt finden; denn es würde sich in dem Gliede fortpflanzen und den Flügelmann aus der genommenen Richtung des Marsches stoßen. Eben darum muß dem Drucke, der von der Seite des Flügelmanns herkömmt, nachgegeben werden, und dem entgegengesetzten muß jeder widerstehn.

3. Jeder muß die richtige Stellung beybehalten, weder eine Schulter vorstellen, noch die Arme vom Leibe entfernen.

4. Jeder, der von seinem Nebenmanne, welcher nach dem Richtungspunkte hin steht, abkömmt, muß sich so unmerklich als möglich wieder anschließen.

5. Jeder, der zu weit vorgekommen oder zurückgeblieben, suche nur nach und nach durch Verkürzung oder Verlängerung des Schrittes in die Richtung zu kommen.

Lehrart. Wenn die Uebung des Schrittes (siehe oben) gehörig eingeübt worden, so wird es nicht schwer werden, diesen Marsch bis zu einiger Vollkommenheit zu bringen. Der Turnlehrer mache das marschierende Glied nur allmählig länger; er stelle auf jeden Flügel einen der geübtesten Turner als Führer; läßt man Anfänger den Marsch gleich anfangs lange fortsetzen, so werden sie, vermöge ihrer jugendlichen Hitze, in einen Eifer gebracht, der sie sehr bald aus der Richtung des Gliedes hinaustreibt, ja wohl gar bis ans Laufen bringt. Eben darum lasse man anfangs immer nur 10, 15, 20 Schritt fort marschiren und dann Halt machen.

Uebung 11. Schreger Marsch. (Marsch auf der Diagonale.)

Die Aufgabe ist, während des Frontmarsches sic der Richtung geradaus, entweder schreg rechts oder schr links zu marschiren, und zwar so, daß die Richtungsli der schregen Fortbewegung mit der Grundlinie des Glied einen Winkel von 45 Grad macht.

Die Ausführung geschieht auf die Befehligung:

Compagnie halb rechts (halb links) — Marsch

Die ersten Worte kündigen an, was geschehen soll; bey Marsch! macht jeder mitten im Fortschreiten eine Achtel Wendung nach der angekündigten Seite, und geht in die neuen Richtung des Gesichts und der Brust gerade an Die Stellung, welche die Turner durch die Achtels-Wendu erlangt haben, ist als richtig zu betrachten, wenn bey Rechtsziehen die rechte Schulter eines jeden hinter der Li ken des Nebenmannes zur Rechten steht. Der umgekehr Fall findet Statt beym Links-Ziehen.

Lehrart. 1. Man stelle die Turner bey den ersten Ve suchen in Linie und lasse sie zuvor die Achtels-Wendu fertig einüben, was im Ruhstande leichter fällt, a. im Fortschritt. Man kann hierzu befehligen:

Halb rechts (links) — um!

Man wiederhole dieß bald nach dieser, bald nach jene Seite, und untersuche nach geschehener Wendung d Richtung eines jeden.

2. Ist hierin Fertigkeit erlangt, so lasse man das hal rechts (oder links) gewandte Glied aus dem Ruhstand

abmarschiren, damit die Turner Uebung erhalten, sich in dieser schregen Stellung zu behaupten während des Fortschreitens.

3. Endlich ist nichts mehr übrig, als während des Frontmarsches selbst, die Wendung vornehmen zu lassen. Ich bemerke nur noch, daß es der Natur dieser Wendung während des Marsches, wie es mir scheint, am angemessensten sey, das Wort Marsch! nur auf die Hebung desjenigen Fußes fallen zu lassen, auf dessen Seite der Schregmarsch genommen werden soll. Ob auf kriegerischen Uebungsplätzen hierauf Rücksicht genommen wird, ist mir nicht bekannt. Soll der Schregmarsch aufhören, so bedarf es hierzu nur der Worte:

Gerad — aus!

worauf die Achtelswendung zurückgemacht wird und jeder in die alte Richtung kömmt.

Uebung 12. Reihenmarsch (Flankenmarsch).

Aufgabe: Drey hinter einander stehende Glieder sollen, anstatt stirnwärts (frontwärts) hinaus zu schreiten, seitwärts (aus der Flanke) hinaus marschiren.

Auflösung. Jeder Mann in den drey Gliedern muß die halbe Wendung machen auf den Befehl:

Rechts — (oder links) — um!

hierdurch werden die drey hinter einander stehenden Mann jeder Rotte neben einander gebracht (jede Rotte macht gleichsam ein Glied). Auf das Wort:

Marsch!

marschiren sie aus der rechten (oder linken) Seite ihrer bisherigen Stellung hinaus, und zwar in 3 langen Reihen.

Daher die Benennung: Reihenmarsch. (Ist ein Führer angestellt, so tritt dieser bey rechts um neben den rechten und bey links um neben den linken Flügelmann des ersten Gliedes, so daß er jenen zur rechten, diesen zur linken hat.

Lehrart. 1. Die Wendung, wodurch hier die Richtung des Marsches verändert wird, kann gar keine Schwierigkeit haben, sie ist längst eingeübt. Jedoch ist es gut, diese Wendung anfangs mehrmals wiederholen zu lassen, so daß man durch den Befehl: Front! — die drey Glieder wieder herstellen, und darauf die Wendung von neuem machen läßt.

2. Mehr Schwierigkeit liegt im Marschiren selbst, weil die zu Gliedern geordneten Rotten sich näher stehn, als der Regel nach aufgestellte Glieder. Der Turnlehrer muß daher besonders darauf sehen, daß auf den Befehl: Marsch! alle pünktlich zugleich antreten, daß der Flügelmann das Zeitmaß genau halte, daß jeder gehörig mit gestreckten Knien ausschreite, sie wenigstens nicht zu merklich krümme. Da hier genau erwogen, alles am Tritt- und Schritthalten liegt, so wird der Turnlehrer, um sich die Uebersicht zu erleichtern, wohlthun, anfangs jedes Glied allein wenden und abmarschiren zu lassen. Das Zeitmaß werde dabey durch Zählen angegeben, bis Fertigkeit eintritt.

Uebung 13. Veränderung der Richtung des Reihenmarsches (durch Vornehmen einer Schulter, oder vielmehr durch Schwenkung der Rotten.)

Aufgabe: Ein Trupp, der nach obiger Art im Reihenmarsche ist, nähert sich der Ecke eines Gebäudes oder an

dern Gegenstandes. Er soll um diese Ecke herum und an der folgenden Seite des Gebäudes fort marschiren. Es ist nothwendig, daß an der Ecke die Rotten (d. i. die 3 jetzt neben einander marschirenden Mann) sich schwenken. Es wird daher, so wie die erste Rotte an die Ecke (den Schwenkungspunkt) gelangt, befehliget:

Rechts (links) schwenkt! — Marsch!

Bey dem Worte Marsch schwenkt sich die erste Rotte. Ihr Mann, welcher der Ecke am nächsten ist, verkürzt seine Schritte und geht in einem kleinen Bogen um die Ecke; die beyden weiter abstehenden machen größere Schritte durch größere Bogen. Jede der folgenden Rotten schwenkt sich auf derselben Stelle. Sobald aber die erste Rotte die neue Richtung angenommen hat, wird befehliget: Gerad' aus!

Veränderung des Reihenmarsches in Frontstellung.

Es ist nothwendig, den Reihenmarsch wieder in Frontstellung verändern zu können, und zwar nach jeder Seite hin. Es kann auf zweyerley Art geschehen: entweder sehr einfach durch bloße Wendung oder etwas schwieriger, durch Anlaufen der Rotten.

Uebung 14. a. Veränderung des Reihenmarsches durch die Wendung.

Man denke sich die drey Glieder, wie sie auf derselben Grundlinie, auf der sie anfangs aufgestellt waren, im Flankenmarsche fortmarschiren. Um sie augenblicklich wieder in Frontstellung zu bringen, ist nichts nöthig als zu befehligen:

Halt! — Front!

Auf das erste Wort rückt jeder so nah an seinen Vormann heran, als nöthig ist, um nach geschehener Wendung mit ihm Arm an Arm zu haben; auf das zweyte macht jeder die halbe Wendung, wodurch die sämmtlichen Stirnen wiederum dahin gerichtet werden, wohin sie vor dem Reihenmarsche standen. Jetzt kann folglich der Frontmarsch wieder Statt finden.

Uebung. 15. b. Durch Auflaufen der Rotten.

Die Aufgabe ist, sich aus dem Reihenmarsche und zwar unter stetem Fortschreiten in Front zu setzen, senkrecht auf die Richtungslinie des bisherigen Marsches; d. h. wenn man bisher im Reihenmarsche von Süden nach Norden fortgeschritten war, so soll man auf einer Linie von Osten nach Westen in Front fortschreiten.

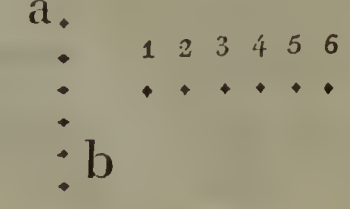
Auflösung und Lehrart: Um die Turner hierzu einzuüben, stelle sie der Lehrer anfangs nur in Einem Gliede auf. Er lasse dieses rechts um machen und ein Marsch! versetze das Glied in den Reihenmarsch, wie diese Reihe von Punkten von a nach b anzeigt.

b . . . . . a

Er befehlige mitten im Marsche:

Compagnie, rechts marschirt auf! — Marsch!

und das Glied bilde sich im stetem Fortschreiten so



Der Flügelmann 1 geht im Geschwindschritt nach a. Hier nimmt er den gewöhnlichen Schritt wieder an. Mit Geschwindschritt eilen die folgenden von 2 bis 6 einer nach dem andern an die linke Seite des Flügelmanns, richten sich in Linie, und treten, so wie sie nach und nach in der neuen Linie a b angekommen, den gewöhnlichen Schritt gleichfalls an. Auf diese Art gelangen sie mitten im Marsche auf eine Grundlinie, welche senkrecht auf der bisherigen Richtungslinie des Marsches steht. Der Turnlehrer tritt dabey an die rechte Seite des Flügelmanns, um der Richtung der Ankommenden nachzuhelfen.

Erst dann, wenn dieser Aufmarsch aus einem einzigen Gliede von allen Turnern bis zur Fertigkeit geübt worden ist, gehe man zur Ausführung mit zwey und drey Gliedern über.

Die Befehlsworte bleiben dieselben; auch die Art der Ausführung bleibt im Ganzen so wie bey Einem Gliede. Folgende Darstellung in Punkten gibt, hoff' ich, hinlängliches Licht.

Die drey Glieder, jedes von 9 Mann sollen sich senkrecht auf ihre Marschlinie versetzen. Auf das Befehlswort: Marsch! rührt sich das 2te und 3te Glied bloß auf der Stelle, d. i. hebt die Füße taktmäßig ohne von der Stelle zu gehn; das erste aber marschirt ohne Aufenthalt fort. Sein Flügelmann stellt sich bey a auf, an ihn reihet sich sofort

Mann an Mann. Sobald als von diesem ersten Gliede 3 Mann in der neuen Frontrichtung angekommen, setzt sich auch das 2te Glied in Geschwindschritt und geht in die Reihe b. Sobald hier 3 Mann angekommen, so geht auch das 3te Glied vorwärts und reihet sich in der Linie von c auf.

Da die neu entstehenden Glieder a b c, von dem Augenblicke an, wo der Flügelmann bey a ankömmt, nicht still stehn, sondern sich sogleich fortbewegen, so sind diejenigen, welche sich nach und nach aus der vorigen Stellung herausziehn, genöthigt, im Geschwindschritt zu marschiren, und hierbey wird nicht streng auf Tritt gehalten; so wie sie aber in der neuen Stellung ankommen, nehmen sie sogleich den Tritt ihrer daselbst schon marschirenden Vorgänger an.

Der Turnlehrer verfahre stufenweise so:

a. Er übe erst jedes Glied einzeln, wie schon oben bemerkt worden.
b. Und zwar anfangs ohne das, auf der neuen Richtungslinie entstehende, Glied fortmarschiren zu lassen.
c. So dann aber unter stetem Fortmarsch.
d. Dann 2 und 3 Glieder ohne Fortmarsch.
e. Endlich aber unter stetem Fortmarsch.

Die Schwenkungen.

Wenn sich eine gerade Linie um einen ihrer Endpunkte bewegt, so sagt man, sie *schwenke* sich. Ein aufgestelltes Glied bildet eine gerade Linie, seine Endpunkte sind der rechte und der linke Flügelmann; die Forderung ist daher, daß sich das ganze Glied um einen seiner Flügelmänner bewege, entweder *rechts* um den rechten, oder *links* um den linken. Die Schwenkungen sind *Viertelsschwenkungen*, wenn

sie einen Viertelkreis; halbe, wenn sie einen Halbkreis beschreiben. Ganze Schwenkungen werden nur zur Uebung vorgenommen. Bey allen Schwenkungen wird der Geschwindschritt gebraucht; man tritt etwas schärfer auf, um nicht so leicht aus dem Tritt zu kommen.

Die Schwenkungen geschehen entweder von der Stelle, d. i. aus dem ruhigen Stande, oder während des Marsches.

Uebung 16. a) Schwenkung von der Stelle.

Die Befehligung ist:

Rechts (links) schwenkt — Marsch!

Auf das letzte Wort setzt sich das Glied in Geschwindschritt, ohne mit den Füßen zu stampfen oder die Linie stark zu krümmen. Folgende Bedingungen machen die Hauptsache:

1) Da der eine Flügelmann den Drehpunkt bildet, so darf er nicht von der Stelle gehn, sondern er muß sich, so so wie die Linie im Schwenken weiter rückt, bloß auf seiner Stelle drehen, um die Schultern mit ihr in gerader Richtung zu behalten; er darf folglich nicht schreiten, sondern sich nur wenden.
2) Der schwenkende Flügelmann hat, wie sich von selbst ergibt, am stärksten auszuschreiten (jedoch nicht über das gesetzte Maß 2 F. 4 Z. auf den kriegerischen Uebungsplätzen) jeder andere dagegen seinen Schritt um so mehr zu verkürzen, je näher er dem Drehpunkte steht.
3) Es ist nothwendig, die Schließung zu behaupten, das Glied nicht zu öffnen, d. i. eine Lücke in demselben entstehn zu lassen. Darum bleibt man geschlossen nach dem Drehpunkte, das ist, die Fühlung geht auf diese Seite. Hierdurch wird das Entstehn einer Lücke unmöglich.

4) Die gerade Linie muß behauptet werden. Um dieß zu können, werden die Augen nach dem Schwenkpunkte geworfen, um das Fortschreiten des dortigen Flügelmannes genau zu beachten und das eigene Fortschreiten danach einzurichten. Da nun bey den Schwenkungen rechts, die Augen nach dem linken Flügelmann gerichtet seyn müssen, wohin sie gewöhnlich nicht gerichtet sind, so werden die Köpfe auf das Wort schwenkt, links geworfen.

5) Um den Flügelmann, der auf dem Drehpunkte steht, nicht aus seiner Stelle hinaus zu drängen, muß jeder im Gliede dem Drucke widerstehn, der von der Seite des Schwenkpunktes herkommen könnte; jeder dagegen dem Drucke nachgeben, welcher vom Drehpunkte herkömmt.

Uebung 17. b) Schwenkung während des Marschirens.

Aufgabe. Das im Fröntmarsch begriffene Glied bewegt sich gerad' aus; es soll aber in eine andere Richtung übergehn, rechts oder links, ohne erst still zu stehn.

Auflösung. So wie das Glied dem Drehpunkte bis auf 2 Schritt nah ist, wird befehliget:

Rechts (links) schwenkt!

in dem Augenblick aber, wo es den Dreh- oder Schwenkpunkt erreicht, fällt das Wort:

Marsch!

Der Flügelmann, welcher in dem Schwenkpunkte ist, kann nicht stehen bleiben, weil die Schwenkung im Fortschritt geschieht; sondern er macht kleine, kaum einen halben Fuß

lange Schritte in einem kurzen Bogen um den Drehpunkt herum, so daß dieser frey liegen bleibt. Er richtet sich in seiner Bewegung nach dem schwenkenden Flügel und trennt seinen Arm nicht von dem Nebenmanne. Uebrigens ist die Richtung und Fühlung gerade wie beym Schwenken auf der Stelle. Ist die Schwenkung vollbracht, so wird befehliget:

Gerad' aus!

Lehrart. Hier wie überall ist es nothwendig, stufenweise zu gehn. Ich rathe daher zu folgendem Verfahren.

a. Anfangs wird nur ein Glied von 3 Mann, nach und nach von 6, 8, 12 Mann zum Schwenken angeleitet. Der Turnlehrer stelle den verständigsten auf den schwenkenden Flügel.

b. Sind die Turner darin fertig, so stelle man jetzt 2 Glieder, jedes anfangs von 3, 6 Mann auf, und lasse nach und nach mehrere Turner dazu, so daß die Glieder wachsen.

c. Endlich gehe man zu 3 Gliedern über und verfahre damit eben so nach wachsender Zahl.

d. Da die Schwenkungen viel Uebung erfordern und bey der Jugend durch Abwechslung der Ueberdruß am besten zu verhüten ist: so ist es zweckmäßig, diese und jene willkührliche Anwendung von dem Schwenken zu machen. Laßt uns z. B. die Turner jetzt befehligen, in einem ganzen Kreise herum zu schwenken.

Der Turnlehrer trete, mit dem Gesicht nach dem Drehpunkte gerichtet an die Seite des schwenkenden Flügelmannes; hier bleibe er und lasse schwenkend marschiren, bis der Kreis halb vollendet ist. Ein Halt! richte hier die Linie der Tur-

ner, wenn er findet, daß sie merklich aus der Richtung gekommen. Ein zweytes Marsch! führe den Kreis durch, bis der schwenkende Flügelmann wieder am Anfangspunkte anlangt. Oder

Wir bilden ein einziges Glied aus 12, nach und nach aus immer mehr, aus 24 Turnern, immer von gleicher Zahl. Wir theilen es in zwey gleiche Hälften, oder Sectionen.

a . . . . . * . . . . . b

Der Drehpunkt soll da seyn, wo der Stern steht. Auf der Seite a steht die erste Section, auf b die zweyte. Die erste wird befehligt: Ganze oder erste Section — kehrt! So kommt sie in Stirnrichtung rückwärts. Es bedarf nur noch des Befehls:

Sectionen, rechts schwenkt — Marsch!

und die ganze Linie schwenkt sich um ihren Mittelpunkt. Aehnliche Abänderungen wird jeder leicht ersinnen.

2. Der Turngang ist, im Gegensatze der anfänglichen Lustwanderungen des Anfängers, ein derber, anhaltend fortgesetzter Weg hinaus in beliebige Nachbarschaft. Es gibt der matten Gänger in der Regel viel; der echte Turner gehört nicht zu ihnen. Wer sagt denn dem Wehrmanne voraus, wie kurz oder lang einst sein Weg hinaus geht? Darum mache der Turnlehrer, wenn sichs fügen will, mit den Seinigen einen Turngang. Er wird unterscheiden, was sie ertragen oder nicht. Er wird mit der wachsenden Kraft immer stärkere Entfernungen überwinden; und so muß es seyn. Ich bemerke nur aus Erfahrung, daß 12 bis 14jährige Knaben dauerhaft gehen, wenn sie selbst im Sommer und durch Gebirge 10 Stunden machen.

Die Möglichkeit, Zeit zu finden zu einem solchen Turngange, bietet sich wohl überall selbst dar, indem jede Schule ihre Freyzeit hat. Ich verschweige nicht eine Hauptbedingung: der Tag des Gangs wird lange vorher festgesetzt. Der Himmel beschere ihn dann nach seinem Willen, mit oder ohne Regen: wir gehn; schon in Gedanken gilt es fürs Vaterland. — Die Kosten eines solchen Turngangs bestehen darin, daß man unterwegs ißt, was man zu Hause gegessen hätte, ja oft nur Butterbrod statt des häuslichen Fleischgerichtes. Jeder trägt was er hat, ja das Tragen einer mäßigen Bürde gehört mit zur Uebung. Jederzeit aber werde diese Bürde in Ranzen oder Tragtaschen getragen, die mit zwey Riemen versehn an beyden Schultern zugleich hasten. Schenken und Wirthshäuser gehören offenbar nicht mit zur Uebung. Noch muß ich bemerken, daß der Kriegsschritt auf solchen Wanderungen streckenweis angewandt werden kann.

3. Der Turnzug. Wie der Zugvogel nach einer Gegend hinausstrebt, so dieser Zug des Turners; hierin liegt der Unterschied vom Turngange. Indeß dieser nur den gebahnten Wegen folgt, so geht der Turnzug in gerader Linie vorwärts, ohne darauf zu achten, ob Weg da ist oder nicht. Der Grundgedanke dieser Uebung soll bey der folgenden angedeutet werden. Daß diese anstrengende Uebung nur in Gebirgsgegenden vollkommen Statt finden könne, liegt in der Natur der Sache. Sie gehört aber zu den besten und reizendsten zugleich, wie mich eigene Erfahrung lehrt. Früh 4 Uhr brachen wir, an schicklichen Tagen, wohl dann und wann auf, das bloß gewöhnliche Frühstück in der Tasche. In gerader Richtung durchschnitten wir, über Berg und Thal, eine Gegend des Thüringer Gebirgs bis über die höchsten Rücken hin; oft durchs Heidekraut bis über die Knice, durch

Dickichte der Waldung und durch wildfremde Strecken dazu. Vom Endpunkte des Zugs, den die Uhr uns bestimmte, suchten wir dann einen nächsten Weg zur Rückkehr und gelangten oft erst 2 Uhr zu Hause an. Ein so geübter Turner war denn freylich auch im Stande, mit mir in einem Tage vom Fuße der Schneekuppe bis zur Spitze zu steigen, und von dieser über den Rücken und die Gipfel des Gebirges bis zur Schlesischen Baude zu gelangen, d. i. wenigstens 14 bis 15 Zeitstunden zu steigen, zu klimmen, zu springen durch eine wegloſe Bergwüste; ein solcher vermochte es, am nächsten Morgen aus der Baude wiederum den Gebirgskamm zu übersteigen, über die Elbquellen hinab zu wandern, sodann den fürchterlichen Abgrund neben dem Sturze der jungen Elbe vielleicht 800′ tief hinabzuklimmen, unten das wüste Elbthal, welches durchaus nicht durch bloſes Gehen, sondern durch Kriechen, Klettern, Springen, zugleich zu überwinden ist, bis nach Friedrichsthal zu durchbrechen, von da von neuem bis zum Schnee wiederum aufzusteigen und Marschendorf nach einer Wanderung von 14 Zeitstunden zu gewinnen *). — Was eine solche Uebung für Einfluß habe auf die Gewandtheit des Körpers **), darf ich hier übergehn, eben so die zu haltende Ordnung bey einer zahlreichen Gesellschaft, um keinen zu verlieren. Ein Halt! Stellt euch! gibt von Zeit zu Zeit Gelegenheit nicht nur zur Uebersählung, sondern auch zur Untersuchung der Munterkeit und Stimmung jedes Einzelnen.

---

*) Man sehe meine Schrift: Meine Reise im deutschen Vaterlande aus Thüringen ꝛc. Breslau, Korn 1799.

**) Gymnastik für die Jugend. S. 190.

4. Der Turnschritt, ist der Geschwindschritt in der Laufbahn nach Zeit bestimmt. So wie dem Turnzuge der Gedanke zum Grunde liegt, als solle eine Abtheilung von Waffenmännern, ungeachtet mannichfaltiger Hindernisse des Bodens, durch geradlinige Bewegung schneller an einem Orte eintreffen als der Feind, so ist hier der Grundgedanke der, als solle sie in bestimmter kurzer Zeit am bestimmten Orte eintreffen und die Zeitkürze durch Fußschnelligkeit überwinden. — Die Länge der Laufbahn kennt man. Der Lehrer stellt die Turner in Abtheilungen nach Größe, Gleich zu Gleichem. Wie oft die Bahn durchgangen werden soll, bestimmt er. Auf sein: Vorwärts! Marsch! gehn alle mit eiligen Schritten ab. Nicht die Abtheilungen sind gegen einander im Wetteifer, sondern die Turner jeder Abtheilung unter sich. Die Minute des Abgangs ist bemerkt. Jeder, der die gesetzten Umgänge vollbracht hat, stellt sich augenblicklich, und die Minute der Ankunft wird nachgesehn. So erfährt jeder, wie viel Minuten er zu einer Viertel oder halben Meile gebraucht hat.

B. Das Laufen.

Das Laufen ist nicht bloß eine der natürlichsten, sondern auch der heilsamsten Uebungen für die Gesundheit und Stärkung des Körpers, besonders der Brust, wenn es nicht auf eine ungeschickte Art übertrieben wird. Ueberdem dient es zur Rettung in tausend, Gefahr drohenden, Vorfällen des täglichen Lebens.

Vorübungen.

1. Erste Anregung. — Für kleinere Anfänger ist d
oben beym Gehen unter Vorübung 3 angegebene Uebu
im Schnellgehn auch hier aufs Laufen völlig anwendba
Der Turnlehrer wandere mit den Anfängern, er b
schleunige seine Schritte so, daß die Kleinen gezwunge
sind zu traben. Er lasse dieß auf 2, 3, 4—6 Minu
ten fortdauern, gehe dann zur Erholung wieder lan
samer, fange von neuem an und wechsele so fort.

2. Die zehn Minuten. Der Turnlehrer geht im re
schen Schritte mit den Anfängern einen Weg ab ve
10 Minuten, es sey wo es wolle; auch die Laufbah
des Turnplatzes kann dazu gebraucht werden. Von Ze
zu Zeit wird der abgezeichnete Weg im leichten Trab
durchlaufen und der Zeit bey fortgesetzten Versuche
nach und nach immer eine Minute mehr abgewonne
Mit kleinern Schnepfenthäler Turnern übte ich vor vi
len Jahren die Sache, wir brachten die 10 Minute
bald auf 3½. Die Bedingung dabey bleibt, am Ziel
nicht außer Athem zu seyn.

Turnübungen.

1. Der Schlängellauf bietet eine recht hübsch
Uebung für den Winter dar, und ist darum desto schätzbare
Der Turnplatz ist mit tiefem Schnee bedeckt, herrlich z
einer Schlängelbahn. Wir legen sie an, sie kostet nicht eine
Pfennig. Wir machen zwey, drey dergleichen. Der Turn
lehrer läuft z. B. eine riesenmäßige 8 in den Schnee, mi
sehr kurz gehaltenen Trabschritten, die Turner folgen ihn
auf der Spur nach. Jetzt läuft er ans obere Ende eine zweyte

an diese hernach eine dritte, immer folget die Jugend nach und in wenigen Minuten ist dadurch eine doppelte Schlangenlinie gebildet. Oder man läuft ein verschobenes Viereck mit zwey Kreisen, wie Blatt IV., Zeichn. 1, oder einen Stern, wie Blatt IV. Zeichn. 2. und dergl. was die Einbildung nur immer eingibt, in den Schnee.

Laufend verfolgt man die gemachte Spur bald nach dieser, bald jener Anordnung. Gesunde Bewegung, Gewöhnung der Jugend an Kälte und Gewandtheit im Laufen sind deutliche Vortheile dieser Uebung. Denn der Weg ist schmal und hohl, dabey voll Wendungen, die man ohne Stillstehn zu verfolgen hat, unaufhörlich muß der Körper bald hierhin, bald dorthin gerichtet und herum geworfen werden u. s. w.

Erlaubt es aber der Boden des Turnplatzes, eine solche Bahn ordentlich auszugraben, so berücksichtige man dreyerley, nämlich den leichten Abzug des Regenwassers; die Befestigung der spitzen Ecken durch handbreite Brettstücken, die man mit ihrem untern zugespitzten Enden neben einander in den Boden treibt, so daß sie der Linie und Höhe des Ufers gleich bleiben, ferner die Form und Länge der Bahn. Mir gefällt die Form unserer Zeichn. 1. auf Blatt IV, weil sie in den beyden Spitzen ihres Vierecks ein schnelles Herumwerfen des Körpers nothwendig macht, was bey bloßen Kreisen nur nach und nach ohne alle Schwierigkeit geschieht, wird hier im plötzlichen Absatze schwieriger und übender. Nimmt man die beyden Kreise der Bahn zu 20 Fuß rheinl. im Durchmesser und macht jede Seite des Vierecks gleichfalls 20 Fuß, so hat die Bahn ungefähr 200 F. rhl., d. i. sie beträgt $\frac{1}{100}$ einer deutschen Meile. Gebraucht man diese Bahn zum Langlauf, so ist es nöthig, ihre Länge zu wissen. Man stecke die gegebene Form nach obigem Maße ab und steche sodann den Rasen auf beyden Seiten der dadurch erhaltenen

Linie 7 bis $7\frac{1}{2}$ Zoll rheinl. aus, so wird der Pfad 15 Zoll was vollkommen hinreichend ist. Die Richtung des Lauf kann in dieser Bahn auf zwiefache Art genommen werden leichter und schwieriger; nämlich

a) Schlängelnd von a über b und sofort nach c, d e, f, wiederum nach a u. s. fort.

b) Im Zickzack von a nach c, b, d, f, e, u. s. fort.

Die sternförmige Bahn Blatt IV. Zeichn. 2 ist, weil sie de spitzen Ecken viel hat, in ihrer Anlage umständlich und da her vorzüglich als Schneebahn zu gebrauchen. Wollte man sie aber wirklich auf dem Turnplatze ausgraben, so würd ich anrathen, jede Seite 20 F. rheinl. zu machen, woran wiederum $\frac{1}{100}$ einer deutschen Meile erwächst. Die Lauf ordnung ist diese.

Etwa 6 Turner, gleich bald an Größe, bald an Alter, bald an Fertigkeit, bilden die Reihe. Sie stellen sich in der Bahn auf 3 Schritt von einander und auf Befehligung: Turner! — Marsch! laufen sie ab. Man läuft entweder

a. Schnell, auf zweyerley Art. Erste Art: die Turner, welche schlängelnd laufen wollen, stellen sich in der Bahn 1. von a nach b hin auf. Sobald nach dem Ablaufen im Kreise fort über c hin die Turner im Viereck ankommen, um nach d u. s. w. zu laufen, so hat jeder das Recht, wenn er kann, seinen Vormann einzuholen, und ihm einen Handschlag zu geben. Der auf diese Art berührte tritt ab; so auch jeder, welcher aus der Bahn tritt. Der zuletzt Uebrige ist Sieger. —

Zweyte Art. Nicht mehr als zwey können zugleich laufen. Sie treten bey a in die Bahn neben einander. Vor der Spitze des Vierecks bey d ist ein La-

schentuch, Hut oder so dergl. auf einem Stabe aufgehängt. Auf Marsch! laufen beyde ab, der Eine über b c; der andre über f e nach d. Sieger ist der Erlanger des Tuchs. Wer aus der Bahn trat, kann nicht Sieger seyn, sondern steht als Gefangener in der Mitte des Vierecks, bis die verschiedenen Paare abgelaufen haben.

b. Auf die Dauer. Die Reihe kann sehr wohl in 10 bestehn; aber sie halten Entfernung von einander und Tritt. Die Umläufe werden gezählt.

2. Der Schnelllauf. Den Platz kann die Laufbahn, wenn sie breit genug ist, aber auch jeder freye Platz geben. Die zu durchlaufende Weglänge bestimmt der Aufseher, er kennt Kraft und Fertigkeit der Läufer. Ist die Bahn 312 Fuß rheinl. lang, so wird sie nicht leicht zu stark angreifen, doch kann man das Ziel auch kurzer stecken.

Mit wenigen Worten läßt sich die Anordnung angeben. Der Aufseher stelle z. B. heute die Läufer von gleicher Fertigkeit im Laufen zusammen auf den Anfangspunkt der Bahn, und lasse sie auf ein gegebenes Zeichen, daß er am Ende der Bahn selbst gibt, ablaufen: Sieger ist, wer ihm zuerst die Hand reicht. So übt sich gleich an gleich. Oder morgen will er die guten Läufer hervorziehen. Da stellt er die gleich großen aus der Gesellschaft zusammen, und läßt sie eben so den Wettlauf beginnen, wie gestern. — So wohl zu große langsame, als zu kurze geschwinde Schritte sind dem Fortkommen nachtheilig. Beyderley Fehler sind häufig, und es ist nöthig, sie den Uebenden zu bemerken.

3. Der Langlauf. Sehr nützlich ist diese Uebung überhaupt an sich, als Gewöhnung und Stärkung der untern

Glieder und der Brust. Für den Vaterlandsvertheidiger kann die Fertigkeit der Dauer im Laufen in vielen Fällen durchaus nöthig seyn. Der durch alle bisherigen Uebungen schon gestärkte Turnschüler wird sich sehr leicht dazu einwerfen.

Jeder Turnplatz muß eine gemessene Laufbahn haben. Keine Länge halte ich aus mehr als einer Rücksicht für zweckmäßiger, als die von 312 Fuß rheinl. Sowohl am Anfangs- als Endpunkte steht ein Pfahl. Wer diese Pfähle umläuft, hat wenigstens 625 F. rhl., d. i. $\frac{1}{32}$ einer deutschen Meile gemacht. Diese zu 200000 Fuß rhl. gerechnet.

Man stelle die Turnschüler, es können sehr viel Theil nehmen, in ein Glied auf den Anfang der Bahn. Sie ziehen ab auf den Befehl: Vorwärts — Marsch! — Heute ist es genug, die Gränzpunkte ein bis zwey Mal im langsamen Trabe zu umlaufen; genug, wenn man in einer Secunde etwa 7 Fuß zurücklegt. Man steigert in der Folge auf 3 bis 4 Umläufe. Es ist allgemein bemerkt, daß beym 4ten Umlaufe die untern Glieder anfangen, Schwierigkeiten zu machen. Man lasse die Uebung ein Paarmal auf 4 Umläufe beschränkt seyn; eben so das nächste Mal auf 5, dann auf 6. Im 7ten Umlaufe verschwindet die Ermattung der untern Glieder von selbst, und das weitere Fortsetzen des Laufs hat keine Schwierigkeit mehr; die Muskelbewegung wird zur Fertigkeit. Jetzt kann der Läufer, wenn er sich weder erhitzt, noch in starkes Athmen versetzt findet, selbst den Lauf ein wenig beschleunigen.

Bey dieser Uebung kömmt viel auf das Benehmen des Läufers an. Die Brust muß frey heraus liegen und durch nichts gedrückt werden. Die Oberarme sind an die Seiten beynahe angeschlossen; die Ellenbogen sind gekrümmt, so daß beyde Theile des Armes hier einen spitzigen Winkel machen; denn die Arme dürfen nur wenig hin und her geschwenkt wer-

den, damit die der Brust benachbarten Muskeln so viel als möglich in Ruhe bleiben. Der Oberleib ist so weit vorwärts gelegt, daß die Füße im Fortschreiten immer als Stützen nöthig sind. Die Kniee werden bey jedem Schritte gestreckt, die Füße treten zwar nicht allein auf den Spitzen auf, weil dieß die Waden zu stark angreifen würde, jedoch auch nicht so ganz mit den platten Sohlen. Vor allen Dingen hat sich der Läufer vor schnellem Athmen zu hüten. Viele athmen schon schnell, wenn sie kaum anfangen zu laufen, gleich als wenn dieß zum Laufen gehörte; es ist üble Gewohnheit. Uebrigens richte sich der Turnlehrer nach der Witterung. Kühle Tage mit Ostluft im Lenz und Herbst sind vorzuziehn. Sodann muß er die Uebenden beobachten und jeden entlassen, der erhitzt wurde.

Die übrige Anordnung ist auf zwiefache Art möglich, nämlich so, daß die gemachten Umläufe $\frac{1}{8}$, $\frac{1}{4}$, u. s. w. bis $\frac{1}{2}$ Meile machen, ohne die gebrauchte Zeit zu berücksichtigen; oder mit Rücksicht auf Zeit. In diesem Falle wird für einen Umlauf $1\frac{1}{4}$ Minute, für 2 Umläufe $2\frac{1}{2}$, für 4 Umläufe 5, für 8 Umläufe oder $\frac{1}{2}$ Meile 10 Minuten zugestanden. Was von den besten Schnepfenthäler Turnern geleistet worden, war etwas mehr als $1\frac{1}{4}$ Meile in 52 Minuten nach der genauesten Berechnung.

Vorsichtsregeln für den Schnell- und besonders für den Langlauf. 1) Man gehe stufenweise, wie bey allen Uebungen. 2) Man nehme kühle Tage. 3) Man lasse die Oberkleider vor dem Beginn der Uebung ablegen, und nach ihrer Beendigung wieder anziehen. Daß man mit offener Brust und ohne Kopfbedeckung laufe, versteht sich von selbst. 4) Man beobachte die Läufer und lasse jeden aufhören, sobald sich stärkere Erhitzung zeigen will, und der Odem kurz

wird. Nimmt man diese Regel zur Grenze, so ist durcha nichts von dem längsten Laufen zu befürchten. 5) Nach d Uebung gehn die Läufer 10 bis 15 Minuten erst stärke dann langsamer umher.

4. Der Springlauf ist Nachahmung der manche ley Hindernisse, die ein unebner Boden darbietet. Die müssen im Laufen überwunden werden durch Springen. E ist bekannt, daß zu jedem Sprunge der Punkt des Absprung nach geübtem Augenmaße gefunden werden muß, um nu Vortheil und Gewandtheit zu springen. Diesen Punkt in Forteilen ohne Schwierigkeit zu finden, ist bloß Sache de Uebung. Schon auf mehrere Schritt hinaus muß er mit de Augen gefaßt und sein Abstand im Laufen so unter die Schritt vertheilt werden, daß gerade der Fuß zum Absprung kömmt der gewöhnlich dazu angewandt wird; oder, wenn man sie schon mit beyden Füßen zum Absprung gewöhnt hat, da man selbst im schnellen Laufe den Punkt des Absprungs nich verfehle. Wer hierin Fehler macht, wird den Sprung ver fehlen, er wird im Laufen stocken. Auf jeden Fall ist dies Uebung trefflich, um den Laufenden mehr Gewandtheit zu geben.

Es ist leicht, sie zu veranstalten, nur muß man einig Mühe nicht scheuen. Man werfe in der Bahn des Langlaufs hier und da einen Graben auf. Leicht ist dieß geschehen, wenn der Boden locker ist. So entstehn Grube und Hüge immer neben einander. Ihre beyderseitige Breite zusammen sey 5 bis 6 Fuß, für Geübte 8 Fuß und drüber. Denn so weit springt man ohne sonderliche Anstrengung. Wo der Boden für Gräben zu fest ist, muß man sich durch quer über den Weg gezogene Schnuren helfen, die an locker eingesteck ten Stäben nicht höher als 24 bis 30 Zoll hoch übergespannt

werden. Die Turner treten vor den Anfang der Bahn in Linie, einer hinter den andern. Da es nicht erlaubt werden kann, in zu großer Nähe oder gar beynahe gedrängt hinter einander zu laufen, so läuft jeder Nachfolger immer einige Secunden später als sein Vorgänger ab. Jeder soll sich im Laufe 10 bis 12 Schritt wenigstens hinter seinem Vormanne halten. Arme und Hände werden frey bewegt; die Rechte trägt in der Folge, so bald man schon einige Fertigkeit im Springlauf erlangt hat, ein Gewehr von Holz in schreger Richtung, nämlich vorn hoch, den Kolben niedrig. Wer im Ueberspringe fällt oder eine Schnur abstößt, steht Schildwach neben der Stelle mit geschultertem Gewehr und hat die Schnur sogleich wieder in Ordnung zu bringen. — Ueber den Sinn dieser Uebung mich zu erklären, ist wohl unnöthig.

5. Der Trablauf kann nur dann vorgenommen und eingeübt werden, wann der obige Kriegsschritt schon zur Fertigkeit gebracht worden. Er stellt einen überraschend schnellen Angriff eines feindlichen Hausens vor, dem man sich langsam fast auf Schußweite genähert, hier sein Abfeuern unter zögernden Schritten abgewartet, und den man nun beym Laden plötzlich im Laufschritt anfällt. Zur Waffe ist das Gewehr gedacht. Es wird mit der Rechten in schreger Richtung gefaßt, Kolbe tiefer als vorn hinaus die Mündung. Ist der Turnplatz nicht bedeutend groß, so wähle man zu dieser Uebung einen offenen Anger oder Wiesenplatz.

Beginne sie im Kleinen und ohne Waffe. 6 bis 9 Turner sind genug. Sie stellen sich anfangs bald Paarweise in Gliedern hinter einander bald in Linie. Ich habe es gut gefunden, die ersten Uebungen mit Anfassung der Hände machen zu lassen. Zuvor muß der Takt mit der Trommel auf einige

Secunden angegeben werden; zur Noth kann man das Handklatschen dazu anwenden. Sodann wird befehligt:

Compagnie! — Marsch!

Das Auftreten kömmt dem Gehör im Takthalten zu Hülfe, durch Uebung gelangt man zur Beybehaltung der gehörigen Richtung. Es ist anfangs durchaus nöthig, immer nur einen kurzen Raum von 10 bis 20 Schritt laufen zu lassen, bis die Anfänger ihre jugendliche Hitze mäßigen und auf die Trommel hören lernen. Es versteht sich, daß bey dieser Uebung nicht Mann an Mann stehn, sondern auch dann, wann ohne Anfassung der Hände geübt wird, den Armen etwas mehr Spielraum zugestanden wird, als gewöhnlich. Sind die ersten 6 oder 9 eingeübt, so nimmt man eben so viel neue und übt sie wieder allein für sich und so fort.

Jetzt wird es Zeit, die Uebung in 2 Gliedern vorzunehmen. Die Entfernung derselben von einander muß wenigstens 3 F. rhnl. seyn. Auch hierbey wird anfangs die nachbarliche Hand des Nebenmannes gefaßt, um sich daran zu gewöhnen, die Linie nicht zu brechen. Späterhin fällt die Anfassung weg und endlich nimmt man das Gewehr in die Rechte. Sind die Turner zuvor im regelmäßigen Kriegsschritte geübt, was in der That keine große Schwierigkeit hat, sind sie im Schwenken dabey erfahren und geschickt, so läßt sich im Trabschritte Manches ausführen, was im langsamen Schritte und Geschwindschritte gewöhnlich gethan wird, z. B. der Frontmarsch, der Schregmarsch, das Schwenken. Ist die Sache nach und nach auf kleinerem Raume zur Fertigkeit gebracht, so müssen für die einzelnen Aufgaben, die im Trabe vorgenommen werden sollen, für: Halt! für die Wendungen; für den Frontmarsch und Schregmarsch, für das Schwen-

ken u. s. w. Zeichen (Signale) festgesetzt werden. Dieses taktmäßige Laufen in mäßigen Trabe muß nach meiner Ansicht der Turnübungen ganz vorzüglich eingeübt werden. Es liegt den meisten eigentlichen Turnübungen zum Grunde, gewöhnt an rasche regelmäßige Bewegung, an vereintes Handeln und an strenge Aufmerksamkeit.

Das Springen.

Das Springen ist eine der besten körperlichen Uebungen, welche vorzüglich die untern Glieder stärker und schnellkräftiger macht; aber auch sehr viel dazu beyträgt, seines Körpers Herr zu werden, ihn schnell und mit großer Gewandtheit zu lenken, wohin er soll; ihn abzurichten, den Verlust des Gleichgewichts zu vermeiden, oder schnell wiederum herzustellen u. s. w. Starr und unbeholfen erscheint ein Ungeübter. Ein rollender Körper kömmt auf ihn ein, er wartet ihn wohl ab wie angewachsen, er weiß ihn weder zu überspringen, noch ihm auszuweichen, und vermag er es auch mit seinen starken Schenkeln, so ist sein Geist viel zu unentschlossen. Ist die Bahn des künftigen Vaterlandesvertheidigers denn überall so geebnet, überall so ohne Hindernisse? Springen heißt, seinen Körper durch angestrengte Muskelkraft mit Heftigkeit durch die Luft fortschnellen. Geschieht der Sprung bloß durch die Schnellkraft der untern Glieder: so ist es ein reiner; kommen dagegen Arme und Hände dabey zu Hülfe, so ists ein gemischter Sprung. Beyde Arten des Sprungs kommen in ihren Zwecken überein; sie gehen nämlich vorzüglich entweder in die Höhe oder Weite oder Tiefe.

A. Von dem reinen Sprunge.

Füße und Beine sind die Grundstützen des Ganzen. Eben darum ist es rathsam, gerade diese Glieder voran und vorzüglich zu üben und zu stärken; weil alle andern Bewegungen von ihnen unterstützt werden.

I. Der Hochsprung.

Vorübungen:

1. Der Hüpfgang. Ohne Kunst sey der erste Anfang, zumal kleiner Anfänger. Es ist anfangs genug, die Schnellkraft der Muskeln der untern Glieder mäßig anzuregen und dieß nach und nach zu steigern. Das hüpfende Gehen ist Fortschreiten bloß auf den Fußspitzen, wobey der Körper von jedem Fuße merklich gehoben werden muß. —

2. Der Hüpflauf ist weit übender. Er wird ebenfalls ganz allein mit den Fußspitzen ausgeführt. Er ist ein stetes Forthüpfen, wobey der auftretende Fuß bey jedem Schritte ein Paar Zoll von dem Boden aufspringt. Indeß nämlich der linke Fuß ein wenig aufhüpft, greift der rechte um einen Schritt vor, faßt nur auf einen Augenblick den Boden, denn nun hüpft er sogleich auf, indeß der linke Fuß um einen Schritt vorgreift. Durch dieses fortgesetzte Benehmen entsteht ein ununterbrochenes Forttanzen, durch welches die untern Glieder ungemein angeregt werden.

3. Das Hüpfen. Die Brust heraus, die Arme in die Seite gestützt, die Knien ganz steif, die Beine geschlossen.

So schnellt man sich einzig und allein auf die Fußspitze tretend, in ganz kleinen, aber schnell hinter einander folgenden, Fortsprüngen vorwärts.

4. Der Anschlag. Die gerade Stellung des Körpers ist wie bey dem Hüpfen. Das Anschlagen ist entweder einfach oder doppelt. Bey jenem kömmt es darauf an, die abwechselnden Füße mit ziemlicher Schnelligkeit zu heben und damit an das Gesäß zu schlagen. Es sind die Muskeln der Schenkel, die dabey in Anspruch kommen, und die Kniegelenke, die beweglicher gemacht werden sollen. Die dadurch erlangte Fertigkeit geht bald so weit, daß die Ferse ohne allen Schwung ganz willkührlich an das Gesäß gelegt werden kann. Bey diesem wird mit beyden Füßen zugleich angeschlagen. Die Wirkung ist ganz dieselbe; aber diese Uebung ist weit heftiger. Man kann bey beyden Fällen die Anschläge zur Wette auf eine Zahl setzen; 60 einfache, und 24 doppelte Anschläge setzen schon ziemlich in Athem. Bey beyden Uebungen muß der Niedersprung der Füße an den Boden kaum hörbar seyn.

5. Der Kniehub. Im Stillstehn wird ein Aufsprung gemacht, aber gerade im entgegengesetzten Sinne der vorigen Uebung; denn die Knie werden dabey so viel als möglich gegen die Brust heraufgezogen. Die Haltung des Oberleibes sey dabey gerade, wenn auch etwas vorwärts geneigt. Aber ein so starkes Niedersenken der Brust und des Kopfs, daß allenfalls das Kinn vom Knie berührt werden könnte, ist durchaus als Fehler zu betrachten. Man nehme obige 5 Vorübungen mit den Anfängern oft vor, immer unter Wechsel derselben.

Hauptübung.

6. Der Hochsprung selbst. Springt man mit einem Anlaufe von 10 bis 15 Schritten, so darf der ganze Weg nicht glitschig seyn, am wenigsten auf der Stelle, wo man zu laufen aufhört und den Aufsprung selbst macht. Hier muß der Boden mit Sand etwas überstreut werden, der den Füßen einen sichern Tritt gewährt. Will man noch mehr thun, so richte man die Bahn des Anlaufes so ein, daß sie sich von ihrem Anfange an nicht bloß etwas senkt; sondern daß sie sich nahe vor der Stelle des Aufsprunges wiederum etwas erhebt; wie die Durchschnittslinie Blatt IV. Zeichn. 3 zeigt, wo a der Anfang der Bahn, und b das Ende oder die Stelle des Aufsprungs ist. Auf der Stelle des Niedersprungs c, das ist da, wo man den Sprung endigt, muß tiefer, lockerer Sand liegen für gewöhnlich; allein dann und wann wechsele man einmal den Springplatz, lasse ohne Sand und selbst mit ansteigendem Anlaufe springen. Eben darum dürfen die gleich näher zu erwähnenden Springpfeiler durchaus nicht zum Feststehn eingegraben seyn.

Das zu überspringende Hinderniß muß unschädlich seyn. Wir brauchen dazu ein leichtes Gestell, Blatt IV. Zeichn. 4. Die beyden hier vorgestellten mit Fußgestellen versehenen Springpfeiler sind von dem Boden an bis zur Spitze in 9 Fuß rhnl. getheilt. Vom zweyten Fuße an aufwärts zerfällt jeder Fuß in 6 Theile zu 2 Zoll, und jede zweyzöllige Abtheilung wird durch ein Loch bezeichnet, das durch den Stab gebohrt ist.

Die beyden eisernen Stifte x und x können in dem einen und andern Pfeiler beliebig hoch in die Löcher ge-

steckt werden. Auf ihnen ruhet die Schnur, welche durch die beyden mit Sande locker gefüllten Beutel c und d straff gezogen wird. Jeder Beutel ist etwa anderthalb Pfund schwer. Diese Schnur ist der Gegenstand der übersprungen werden soll; sie fällt bey der Berührung mit den Füßen leicht herunter, oder gibt nach. Die Pfeiler stehn 10 bis 14 Fuß von einander, in der Gegend c der Bahn, Blatt IV. Zeichn. 3. Damit die Pfeiler nicht umfallen, wird jedes Fußgestell mit einem Steine beschwert.

a) Der Hochsprung ohne Anlauf.

Wenn man bey einem Anlaufe von 10 bis 15 Schritt springen will, so muß dieser Raum in die gehörigen Schritte abgetheilt werden, hierzu gehört Augenmaß, das der Anfänger noch nicht hat; aber viel leichter gewinnt, wenn ihm die Springkraft gewachsen und eben dadurch die Aengstlichkeit vermindert ist. Er darf sich daher anfangs bloß auf den Sprung ohne Anlauf einlassen, und muß damit auch in der Folge fleißig fortfahren.

Diese Art des Sprungs zerfällt in den Vorsprung, den Aufsprung und Niedersprung: Der Springende stellt sich zwey Schritte vor die Schnur, diesen Punkt nennen wir a; die Mitte zwischen ihm und der Schnur heiße b. Er springt mit beyden, an einander geschlossenen, Füßen von a nach b, und zwar durchaus nur auf die Fußspitzen. Dieser Vorsprung dient bloß dazu, um die Schnellkraft der Füße rege zu machen. Von b aus geschieht in demselben Augenblicke der Aufsprung über die Schnur weg. Man hüte sich, im Punkte des Aufsprungs, wenn auch noch so kurze Zeit, liegen zu bleiben; denn dadurch verliert man die beste

Kraft zum Aufsprunge. — Der obere Körper ist bey dieser Art des Sprungs, wie bey der folgenden, zwar etwas vorwärts geneigt, aber dabey gerade, Rücken und Nacken keineswegs gekrümmt. Schenkel und Füße werden dicht zusammengeschlossen. Es ist sehr natürlich, daß die Arme beym Aufsprunge nach vorn und oben schnell heraufgerissen werden. Blatt I. Zeichn. A. stellt genau einen Springer dar, wie er bey dieser Art des Sprungs über der Schnur schwebt. — Der Niedersprung geschiehet auf die Fußspitzen, und die Knie werden dabey stark gebogen. — Der gute Springer weiß seine Bewegungen so leicht einzurichten, daß man, selbst auf festem Boden, kaum etwas davon hört.

Die Reihe der Turner bey diesem Sprunge kann bis 16 steigen, da kein Anlauf Statt findet.

Aufgaben sind:

1) Der Anfängersprung; er reicht dem Springer noch nicht bis an die Knie. 2) Kniesprung. 3) Schenkelsprung, reicht bis in die Mitte der Schenkel. 4) Hüftensprung. 5) Sprung bis an die falschen Rippen. Die höchsten Sprünge dieser Art von den geübtesten Turnern Schnepfenthals giengen bis 43 Zoll rheinl.; Einer sprangfertig $53\frac{1}{2}$ Z.

b. Der Hochsprung mit Anlaufe.

Die ganze Uebung besteht aus dem Anlaufe, Aufsprunge und Niedersprunge. —

Der Anlauf ist ein leichtes, langsames Laufen, ein Fortschweben auf den Fußspitzen bis zu dem Punkte des Aufsprunges. Die Schnellkraft der Füße soll dadurch angeregt, am Ende der Bahn in dem abspringenden Fuße gleich-

sam schnell zusammengedrückt werden, um von dieser Stelle den ganzen Körper in die Höhe zu schnellen. Dieß ist sein Hauptzweck. Nebenbey gibt er dem Springer die Neigung nach vorn hinaus, damit er nicht bloß auf, sondern in einem Bogen über das Hinderniß (die Schnur) wegspringe. Der Anlauf darf nicht länger als 10 Schritt, und kann mehrentheils noch kürzer seyn. Dabey ist das Auge mehr auf den Punkt des Aufsprunges als auf die Schnur gerichtet, weil diese nie einläuft, aber jener leicht verfehlt werden kann. Jeder Mensch gebraucht einen Fuß vorzugsweise, so wie einer Hand. Es liegt darin ein Vortheil und ein Nachtheil. Gebraucht man immer denselben zum Aufsprunge, so erhält er vorzügliche Kraft und man lernt höher springen; verfehlt man es dann aber im Anlaufe und bringt den schwächern Fuß in die Stelle des Aufsprungs, so verunglückt der Sprung. Man lerne entweder beyde Füße zum Aufsprunge gebrauchen, oder man übe das Augenmaß nur, so wird man nicht leicht fehlen, den gewohnten Fuß richtig in die Stelle des Aufsprungs zu bringen. Auf der richtigen Auffindung dieser Stelle kömmt übrigens viel an. Man nehme als Regel an: Der Punkt des Aufsprunges sey von der Schnur wenigstens halb so weit, als diese von dem Boden ist. Uebung wird auch diese Regel bald unnöthig machen.

Die Stellungen der Beine und Füße sind unmittelbar nach dem Aufspringen im Schweben über der Schnur sehr mannichfaltig, aber nur zwey sind richtig.

1. Die Gebogene; hier zieht der Springende mit dem aufspringenden Fuße auch augenblicklich den andern gleich und schließt ihn daran; die Knie sind möglich stark gegen das Kinn hinaufgezogen, beyde Fußsohlen stehen gleich hoch. So schwebt er über der Schnur, wie Blatt I. Zeichn. A. angegeben ist.

2. Die Gestreckte. Der Springer wirft, vom Augenblicke des Aufsprunges an, den nicht abspringenden Fuß voraus und streckt ihn, so wie Bein und Schenkel, über der Schnur schwebend, gerade aus, so daß zwischen dem Schenkel und Oberleibe nur ein stumpfer Winkel statt findet. Der andere unthätige Fuß bleibt hierbey anfangs hinter jenem, indem das Knie gebogen ist. Man sieht sie in Blatt I. Zeichn. B.

Der Niedersprung geschieht ganz wie bey dem vorigen Sprunge. Der Leib darf durchaus dabey nicht rückwärts gebogen werden; er muß vielmehr vorwärts geneigt seyn. Die Knie werden dabey so stark gebogen, daß die Waden fast die Schenkel berühren. Die Beine und Schenkel sind dabey geschlossen.

Die ganze Haltung des Körpers sieht man in jenen Zeichnungen.

Fehler des Springenden sind, wenn er den Anlauf ungestüm macht; vom Aufsprunge an die Beine auseinander, oder über der Schnur seitwärts reißt, den Rücken und Nacken niederkrümmt, nicht gleichzeitig mit beyden Füßen niederspringt u. s. w. Der Uebungslehrer muß dieß zu verhindern suchen, dadurch, daß er die Angehenden so lange auch ohne Anlauf springen läßt, bis ihnen die richtige Stellung zur Gewohnheit geworden ist; daß sie nicht Höhen überspringen dürfen, die über ihre Kräfte gehn, daß er sie fleißig seitwärts und vorwärts beobachtet. Ueberhaupt zeigt der rechte Springer bey dieser Uebung mehr Gelenkigkeit und ungesuchte Kraft der Schenkel und Beine, als gewaltsame Anstrengung des ganzen Körpers. Das Zeugniß großer Geübtheit ist nur in der Leichtigkeit und im guten Anstande zu suchen.

Die Reihe der Theilnehmer ist 12.

Aufgaben sind: 1) Schenkelsprung, d. ist, über die Höhe bis zur Mitte der Schenkel 2) Hüftensprung. 3) Sprung bis zur Höhe der falschen Rippen. 4) Herzgrubensprung. 5) Halsgrubensprung. 6) Kinnsprung. 7) Augensprung. 8) Scheitelsprung.

Nach meiner Erfahrung lernen die meisten Turner springen bis zur Höhe ihrer Herzgrube, manche bis zur Halsgrube und zum Kinn. Einige sahe ich denn doch, die ihre eigene Höhe überspringen lernten. Abgesehen von Größe brachte ein sehr geübter auf dem hiesigen Platze es bis zu 6 Leipz. Fuß oder 5 F. 4 Z. rhnl.

Turnübungen.

Die Turner sind vorgeübt. Sie überspringen fertig den Hüftsprung. Jetzt ist es Zeit, sie zu einigen und allmählich in strenger Ordnung zu beginnen, was sie zuvor einzeln und ungebunden erlernten. Nothwendig ist es, bey keiner Art dieses Sprungs, den zu überspringenden Gegenstand zu hoch zu stellen, sondern immer nur mäßig hoch, damit durch dessen Herabstoßung die Uebung nicht zu oft unterbrochen werde. Nur sehr langsam läßt man die Höhe wachsen von Schenkel bis Hüfthöhe. Wo möglich seyen die Turner bey dieser Uebung gleich groß. Selten wird dieß der Fall seyn und dann gibt der kleinste das Maaß zur Sprunghöhe mit seinem Körper.

1) Der Kreissprung.

Bisher sprangen die Turner einzeln, stets unterbrochen durch die Zurechtweisungen des Lehrers. Mit dem Kreissprunge tritt der erste Grad strengerer Ordnung ein. Er wird über die Schnur gemacht; Mann hinter Mann, so daß alle einen laufenden Kreis bilden, der vom Stan-

de des Anlaufs über die Schnur geht, von dort aber seitwärts herum bis wieder zur Stelle des Anlaufs. Jeder hält sich von seinem Vormanne anfänglich 10 Schritte entfernt, so bald es aber sicher wird, daß Niemand den Sprung verfehlen werde, kann man näher, etwa bis auf 5 Schritte zusammen rücken. — Die Reihe ist 18 stark.

2) Der Kreissprung mit Waffe ist eine zweyte Stufe dieser Uebung. Die Waffe kann hier nichts anders seyn, als ein Gewehr von Holz, selbst gemacht von jedem Turner und ihm reichend bis ans Ohr. Die Rechte faßt es zum Sprunge gesenkt, oder schreg, so daß der Kolben tiefer liegt als der voranstehende Lauf. Im Sprunge darf das Gewehr die Schnur nicht berühren, auch liegt es schon in der Natur der Sache es mitten im Sprunge aufwärts vorn hinaus zu wuchten.

3) Der Kreissprung mit Ringstechen oder der Ringsprung bildet die dritte Stufe. Es ist nothwendig, die Vorrichtung bestimmt anzugeben. Blatt I. Zeichn. B. sind die beyden Springpfeiler mit der übergespannten Schnur. Hinter der Schnur steht der Ringpfeiler a, der an seinem Arme den Ring trägt. Seine Stelle ist mindestens 2, höchstens 4 Fuß hinter der Schnur. Da die Springpfeiler verrückt werden können, so kann man die Entfernung mindern, wenn die Springer klein sind ꝛc., in welchem Falle es denn auch nöthig ist, den Arm des Ringpfeilers niedriger zu stecken. — Sind indeß die Turner nur gute Springer, so ist die Größe derselben gar nicht so genau in Anschlag zu bringen. Sie holen den Ring und wenn er auch 2 bis $2\frac{1}{2}$ Fuß höher hängt, als sie selbst sind. Der Ring-

pfeiler ist auf der Stelle fest eingegraben. Sein Arm kann tiefer gestellt werden, wozu weit gebohrte Löcher angebracht sind. Einige fest in Bohrlöcher eingeschlagene Sprossen auf der hintern Seite führen auf den Tritt. Hier hinauf stellt sich der Ringler. Seine Hand ist immer bereit, einen Ring anzustecken, wenn der vorige abgehoben ist, und zwar augenblicklich. Die Einrichtung eines solchen Ringes ist Blatt IV. Zeichn. 5. dargestellt. Man sieht, wie er in einer eisernen Hefte hängt, die mit ihrem Haken bey a über den eisernen Stift am Arme des Ringpfeilers schnell aufgehängt werden kann. (Man hat beym Dreh-Karussel die Einrichtung, daß ein neuer Ring von selbst hervorspringt. Ich kenne diese Einrichtung nicht genau. Erwünscht wäre sie, wenn sie nicht zu kostspielig ist.) Jetzt zur Uebung selbst.

Sie geschieht im Kreissprunge; die Reihe der Springer ist 12 bis 16. Der Stich nach dem Ringe muß fast genau im Augenblicke des Schwebens über der Schnur geschehen. Blatt I. Zeichn. B. Die Turner sind 10 Schritt von einander, damit dem Nachmanne ein neuer Ring aufgesteckt werden kann, wenn ihn der Vormann abgehoben. Herabstoßen ist ungültig, fortragen auf dem Degen nur gültig. Der Degen ist ein spitziger Stab, lang wie Arm mit Hand des Turners. 10 Ringe, die abgestochen, machen eine Runde. Damit schließt der Gang des Stechens. Ist jeder Ring von Thaler-Größe: so werden 10 von etwas Geübten bald abgestochen. Will man, so kann die Trommel den Abstich jedes Ringes durch ein Zeichen angeben und dieß kann zugleich dazu dienen, in die Schritte der Turner ein wenig unmerklicher Zauberung zu bringen,

wodurch dem Ringler geholfen wird. Der Turner, welcher die meisten Ringe absticht, ist Sieger; jedem aber, der im Sprunge die Schnur abstößt, wird ein Ring abgezogen. Der Turnmeister führt Rechnung.

4. Der Turnsprung reihet sich als nächste Stufe an den Kreissprung, er wird nicht von Einzelnen, sondern Gliederweise gemacht, von 2, 3, bis 4 Mann im Gliede. Darum stehen die Springpfeiler auch viel weiter von einander, damit jeder im Gliede Platz habe. Der Turnsprung ist entweder ungebunden, d. i. ohne Tritthaltung, oder gebunden, ohne oder mit Waffe. Hierdurch stufen sich folgende Uebungen auf. Die Reihe besteht in 10 bis 16 Gliedern.

a. Ungebunden ohne Waffe.

Die Turner treten Gliederweise auf den Ablaufstand, d. i. 8 Schritt vor die Schnur. Die Glieder sind geschlossen, aber die Nebenmänner lassen zur Bewegung einigen Raum zwischen sich. Der Lehrer befehligt: Richt euch! und eröffnet dann die Uebung mit: Turner — Marsch! Im Fortgange aber befehligt jeder Flügelmann sein Glied mit Vorwärts! Marsch! doch nicht eher, als in dem Augenblicke, wo das vorangelaufene Glied über der Schnur schwebt. — Jenseits der Schnur läuft jedes Glied vereint seitwärts zurück und gliedert sich dem Zuge wieder an. Flink und mit gutem Anstande gemacht, nimmt sich schon dieser Grad der Uebung trefflich aus.

b. Ungebunden mit Waffe.

Ganz wie a, nur daß jeder Turner sein Gewehr mit nimmt, wozu schon oben Anleitung gegeben ist.

c. Gebunden oder mit Tritthaltung.

Eine treffliche, schön ins Auge fallende Uebung. Das Aufstellen der Turner geschieht gerade wie bey a. — Richtet euch! — Die Trommel gibt das Zeitmaß des Trabschrittes an. Der Turnlehrer befehligt: Turner — Marsch! und eröffnet dadurch die Uebung. Die folgenden Glieder befehligt jeder Flügelmann, wie oben bey a. — Nach dem Sprunge geht die Tritthaltung fort bis zum Angliedern an den Zug. Ist die Zahl der Turner nicht klein, so kann man diese Uebung lange fortsetzen; denn im Gliede stehend findet jeder so viel Zeit, sich auszuruhen.

d. Gebunden mit Waffe.

Die Aufstellung der Turner geschiehet wie vorhin, 2, 3, 4 Mann im Gliede. Eben so gibt die Trommel das Zeitmaß. Die Befehlsworte bleiben dieselben. Auf das Wort: Turner! greift die rechte Hand des Turners, die den Lauf des Gewehrs gleich unter der Stelle des Bajonets umfaßt, herunter zur Mitte, so daß nun das Gewehr schwebend und schreg gehalten wird. So wird mit demselben der Sprung gemacht. Nothwendig ist es aber, daß jeder sein Gewehr gerade aus in der Richtung des Anlaufs erhalte. Ueber den Zweck und Werth dieser Uebung sage ich nichts, sie mögen von selbst einleuchten. Dagegen noch folgendes: Bey allen diesen Uebungen, die in Kreisbewegung geschehen, gliedern sich die Turner nach dem Sprunge dem Zuge an. Hierdurch würde der Standpunkt des Zugs immer mehr rückwärts gehn und der Anlauf immer länger werden. Darum die Regel: der Nachmann oder das Nachglied rückt stets in die Stelle des Abgelaufenen, Vormannes oder Vorgliedes, und die hintern treten nach.

5. Der Sturmsprung. Eine der trefflichsten Uebungen des Turnplatzes; jugendliche Lebendigkeit im Vereine mit Abgemessenheit und Ordnung, wie es dem künftigen Wehrmanne geziemt. Sie kann auf jedem ebenen ungepflasterten Platze ausgeführt werden und man bedarf dazu nichts, als eines langen Seils von der Dicke eines gewöhnlichen Stricks. Schwerlich wird man es länger gebrauchen, als 50 Fuß rheinl. lang. Quer vor die Anlaufsbahn wird das Seil von zwey Personen ausgespannt, ziemlich straff, so daß es sich in der Mitte nicht zu stark senkt, aber nicht unter Festhaltung mit voller Faust, sondern nur zwischen den Daumen und den ersten beyden Fingern. Beobachtet man dieß, so wird kein Springender darin hängen bleiben und fallen, sondern vielmehr den Fingern das Seil entziehn. Die Höhe, in der das Seil zu spannen, richtet sich nach der erworbenen Springkraft der Turner, sie bleibt lieber etwas unter dieser. Die Anordnung der Turner in ihrer Stellung etwa 10 bis 15 Schritt vor dem Seile, richtet sich nach ihrer Zahl und Fertigkeit. Sie werden hinter einander in Glieder gestellt. Diese lasse man anfangs aus 6 Mann bestehen, aber sie wachsen nach und nach auf 8 — 10 — 12 — 14 Mann und immer weiter. Erlaubt es die Zahl der Turner und ist ihre Fertigkeit fest, so können, wenn das ganze Seil ausgespannt ist, 25 Mann in einem Gliede zugleich hinüber springen, ohne sich zu beengen, denn nach Erfahrung springt man schon ohne Gedränge, wenn der Mann 2′ Seil hat. Nach diesen Bestimmungen sind die Turner in Glieder zu vertheilen. Da aber in jedem Gliede die Kleinern den linken Flügel einnehmen, so wird es eben darum nöthig, diesem Flügel

das Seil allemal etwas niedriger zu halten als den rechten.

Ein Heran! — Richt euch! bringt die Turner in Reihen. Zwischen Mann und Mann bleibt der nöthige Raum. Der Turnlehrer befehligt: Erste Glied — Marsch! und das erste Glied läuft regelmäßig ab und setzt gleichzeitig über. Jenseits befehligt der dazu beorderte Flügelmann: Richt euch! — dem Gliede, das schon in gehöriger Entfernung gegen das Seil Stirnbietung (Front) gemacht. Ihm folgt das 2te Glied eben so, u. s. fort.

Ist Fertigkeit erlangt, so wird die Sache mit Trittshaltung gemacht. Die Trommel gibt das Zeitmaß. Alle Schritte ertönen als Einer, der Sprung wird taktfest. — Nichts ist nun noch übrig, als die Zuziehung des Gewehrs, wie beym Turnsprunge d.

II. Der Weitsprung.

Der Körper soll entweder bloß durch die Schnellkraft der untern Glieder, oder vermittelst dieser und eines heftigen Anlaufes zugleich, über einen Raum in die Weite fortgeschnellt werden. Diese Art des Sprungs geschiehet daher wiederum entweder ohne oder mit Anlauf. Der erste ist ungemein übend, vorzüglich für die Muskeln der Füße, Beine und Schenkel, und der letztere nicht bloß hierdurch, sondern weil er zugleich viel Augenmaß und unter Umständen auch Muth erfordert. Kein Wehrmann kann seiner entbehren.

Vorübungen.

1. Der Satz. Man grabe etwa einen halben oder dreyviertel Fuß tief ein Sechseck auf dem Turnplatze aus,

wie Blatt IV. Zeichn. 6, so erhält man Gelegenheit zu kürzern und längern Sprüngen. Es ist vollkommen genug, wenn die Seiten a b 8 Fuß von einander entfernt sind, denn ein Sprung von $1\frac{1}{2}$ Leibeslänge ist hier schon beträchtlich. Der Sprung geschieht ohne Anlauf. Der Uebende stellt sich mit geschlossenen Füßen auf das eine Ufer; seine ganze Last ruhet auf den Fußspitzen, der ganze obere Körper ist vorwärts geneigt, beyde Arme werden gleichzeitig einmal vor- und einmal rückwärts geschwenkt, dann von hinten her nach vorn hinaus heftig fortgerissen, so daß dabey der obere Körper weit nach vorn hinaus strebt und niederfallen würde, wenn nicht in diesem Augenblicke unter kräftiger Abschnellung der Füße die untern Glieder einen so starken Abstoß bekämen, daß die Beine wiederum dem obern Körper zuvoreilten. Blatt I. Zeichn. C. Gleichgroße springen hierbey um die Wette.

2. Der Fortsatz. — Wir wählen eine Bahn, deren Länge nach Fußen genau bestimmt ist, 30, bis 100 Fuß lang. Nicht auf steinigem harten Boden, vielmehr auf trocknem wolligen Rasen, auf dem die Füße nicht leicht gleiten. Der Springer stellt sich auf den bestimmten Anfangspunkt der Bahn und springt von diesem, gerade unter demselben vorhin bemerkten Benehmen, so weit fort, als er kann. Auf seinem neuen Standpunkte wiederholt er dasselbe und so immer fort bis ans Ende der Bahn. Diese Uebung ist angreifend, besonders für mehrere Muskeln der Schenkel. — Die Reihe der Theilnehmer kann 10 seyn, nur müssen sie in gehöriger Entfernung von einander bleiben. Die Aufgabe lautet:

Wer vollendet, bey gleicher Leibeslänge, die Bahn mit den wenigsten Sprüngen? — Eine Bahn von 86 Schuh

durchsprangen nicht sonderlich geübte Turner in 13 bis 14 Sprüngen. Einer in 13, und dieser war nur 4 Fuß Leipz. groß.

Hauptübung.

3. Der eigentliche Weitsprung. — Dieser Sprung ist einer der heftigsten, und im gemeinen Leben, zumal in manchen Gegenden, einer der anwendbarsten. Die Bahn des Sprunges wird auf folgende Art zubereitet. Blatt IV. Zeichn. 7. zeigt die Bahn im Durchschnitt. Der Absprung in a sey fester Boden; b ein kleiner Graben, damit jeder Springende gezwungen ist, gerade in a abzuspringen. Von a bis d sey 18 bis 20 Fuß. Die Strecke von c bis d ist 14 Fuß lang und 3 bis 4 breit ausgegraben, dann mit tiefem, lockern Sande ausgefüllt. Diese Vorrichtung ist durchaus nöthig. Durch kleine kaum fingerlange Stäbchen oder Risse in den Boden bezeichnet man am Rande hin von Fuß zu Fuß die Weite. — Der Sprung hat drey Hauptpunkte: den Anlauf, Absprung und Niedersprung.

Der Anlauf wird gemacht von x her nach a. Er geschieht auf festem, nicht schlüpfrigem Boden, oft 10, oft 15, oft 20 Schritt weit, aber mit kleinen Schritten und mit wachsender Schnelligkeit, die auf dem Punkte des Absprungs den höchsten Grad erreicht. Der Körper ist stark vorwärts gebogen, große Schritte müssen durchaus vermieden werden; denn sie vermindern die Kraft des Absprungs merklich.

Der Absprung geschiehet mit einem Fuße auf der Stelle a. Es ist sehr gut, sich ein sicheres Augenmaß zu erwerben, damit man durch den Anlauf gerade den Fuß auf die Stelle bringe, mit welchem man abzuspringen gewohnt ist; aber auch den Grundsätzen der Körperübung gemäß,

daß man auch den andern Fuß zum Abspringen gebrauchen lerne. Anfänger suchen bey diesem Sprunge gewöhnlich nur die Weite, viel zu wenig die Höhe. Sie bedenken nicht, daß sie früher zu Boden kommen und mithin den Sprung verkürzen, wenn sie sich nicht zur gehörigen Höhe aufschwingen. Will der Fehler nicht weichen, so wende man die obigen Springpfeiler mit der Schnur an, und spanne die Schnur gut so hoch, als das Knie des Springers, und zwar so weit hinter dem Absprungsort a, als diese Höhe beträgt, indem man ihr noch einen guten Fuß zugibt.

Der Niedersprung hat bey der oben gegebenen Einrichtung auf dem Sande gar keine Schwierigkeit. Die Füße sind geschlossen, die Knie gebogen, der ganze obere Körper ist vorwärts geneigt. Die Ferse berühren den Boden zuerst, und treten mithin am tiefsten ein. Nach diesem nur einen Augenblick dauernden Niedersprunge folgt ein leichter Aufsprung, begleitet von einigen kurzen Schritten, um das Fortschießen des Körpers nicht durch einen einzigen Stoß zu tödten, sondern gemach absterben zu lassen.

Fehler sind: Das zu starke Vorwerfen der Füße, so daß der Springende sich nach dem Niedersprunge setzt; das Vereinzeln der Füße beym Niedersprunge, anstatt daß beyde völlig zugleich den Boden berühren sollten. Die Haltung des Körpers wird deutlich durch einen Blick auf die Zeichnung D. Blatt I.

Die Reihe der Theilnehmer kann 12 seyn.

Aufgaben: — 1) Der Sprung von 2 Leibeslängen. 2) Von drittehalb Leibeslängen. 3) Von drey Leibeslängen. 4) Um die Wette, bey gleicher Größe der Personen.

Die Aufgaben 1 und 2 werden leicht erlernt; ja selbst die Ausführung des Sprunges von drey Leibeslängen ist mir ziemlich oft vorgekommen, und zwar bis zu einer Länge von 14, 15, 16 und 17 Leipz. Schuh. — Schon in der Vorübung wird man sehr wohl thun, nicht bloß an einer bestimmten Oertlichkeit zu kleben, sondern oft, wenn die Gelegenheit es zugibt, über Bäche oder seichte Gräben springen zu lassen, nicht nur, damit jugendlicher Muth ein wenig auf die Probe gestellt werde, sondern vorzüglich auch darum, damit man die mannichfaltigen Verschiedenheiten des Oertlichen mehr und mehr beurtheilen lerne.

Turnübung.

Die ersten Anregungen und Uebungen der untern Glieder wurden in den Vorübungen gegeben, ja der Weitsprung selbst bis zu beträchtlichem Grade eingeübt und das Augenmaß dabey geschärft. Aber alles geschah entweder im Kleinen, wie beym Satz und Fortsatz, oder auf viel durchlaufener, wohlbekannter Bahn. Die Oertlichkeit hat aber noch eigene Schwierigkeiten, und der geschickte Springer, der sich mit ihr nicht versucht hat, möchte nicht selten von ihr zurückgescheucht werden. Daher folgende Uebungen, die überdem noch auf den Grund der Turnübung gebaut sind.

1) Der Grabensprung.

Jeder Turnplatz muß einen langen Graben haben, der einen Schuh tief ist. Seine Länge richtet sich nach der Zahl der Turner; ist diese groß, so muß der Graben auch länger seyn, man müßte denn die Glieder vervielfältigen und dadurch kürzer machen. Zu 12 Mann im Gliede gebraucht man 25 bis 30 Fuß Graben, zu 24 Mann 60 Fuß. Die langen Seitenufer und geradlinig. Hieraus ergibt sich die

ganze Gestalt von selbst. — Woher soll ein solcher Graben kommen? — Die Antwort ist leicht. Alle Anlagen dieser Art machen die Turner sich selbst. Das ist für sie ein Fest mit heiterm Turngesang verknüpft. Sollten sie nicht schanzen lernen? Die Schwüle in der Hand mit heiterem unternehmenden Geiste im Kopfe, sind Grundlagen zum Manne des Vaterlandes. — — Ein großer Theil der herausgeschanzten Erde kann auf die Ufer vertheilt und dadurch dem Graben schneller zur Fußtiefe verholfen werden. Will man das Uebrige zu einem hübschen Hügel aufthürmen, so wird er zu gebrauchen seyn.

Wie gewöhnlich versammelt ein Heran! die Turner. Sie werden, je nachdem die Zahl nun ist, in Glieder vertheilt, welche dem Graben Stirn (Front) bieten. Die Aufstufung der Uebung kennt man schon aus vorigen Uebungen.

1) Man springt zuerst ungebunden (ohne Tritthaltung) über den Graben auf: Vorwärts! Marsch! Es ist genug, hierbey einige Richtung zu halten und das Glied nicht ganz aufzulösen, und dieß ist sehr bald gelernt.

2) Sodann aber erscheint die Mannschaft mit dem Gewehr, entweder gleich in gesenkter Haltung oder durch Befehl (Commando) zur Senkung gebracht. — Ist auch dieses eingeübt, ist besonders streng darauf gesehen, daß jeder sein Gewehr in gerader Richtung des Anlaufs hält, damit nicht hin und her schwindelt, so kann man

3) sodann anfangen den Sprung im Trablauf zu versuchen. Es liegt in der Natur eines solchen Anlaufs, daß die Schritte sich nach und nach beschleunigen. Diese Schwierigkeit ist so groß nicht, als sie scheint. Diese Beschleunigung macht sich fast von selbst durch das jugendliche

Feuer, und die Hörbarkeit des Tritts erhält überdem das Zeitmaß. Uebrigens ist oben beym Trablauf schon darauf Rücksicht genommen.

Die Aufstellung der Turner in Glieder ist ganz wie gewöhnlich nach Größe. Daß die Größern den breitern Theil des Grabens, die Kleinern den schmalen vor sich haben, versteht sich von selbst. Alles Uebrige, was hier noch zu bemerken wäre, stimmt mit dem überein, was oben beym Sturmsprung gesagt worden. Ist der Sprung schon gut eingeübt, so kann er dann mit Tritthaltung und Gewehr zugleich gemacht werden.

Wollen die Turner sich in dieser Art des Sprungs weiter versuchen, so kann dieß nirgends besser als an einem seichten Graben oder Bache geschehen, wenn anders die Gegend diese besitzt *). Ist der Graben gerade und von einer zweckmäßigen Breite, was für die Beurtheilung des Turnlehrers gehört, so kann der Sprung völlig nach obiger Angabe gemacht werden; schlängelt und biegt er sich aber unaufhörlich und ist seine Breite stets wechselnd, dann möchte dieß schwerlich Statt finden können. Aber gerade in diesem Falle tritt folgende lustige und muthige Uebung an die Stelle.

2. Der Schlängelsprung. —

Der Turnlehrer bringe die Gesellschaft in Abtheilungen, in welchen die Turner von möglichst gleicher Größe sind. Die Turnerzahl jeder Abtheilung kann so groß seyn als sie will. In jeder Abtheilung führt der beste Springer den Zug;

*) Nie sey die Turnerschaft an einen einzigen Platz gebannt, gleichsam als wenn hier allein nur geturnt werden könnte. Was der bestimmte Platz unmöglich in sich schließen kann, suche man draußen.

dieser stellt sich vorn an, alle Uebrigen einzeln hinter ihm, Mann hinter Mann. Unter Aufführung des ersten, dessen Schritten die andern folgen, zieht der Zug entschlossen vorwärts, jedoch so, daß die einzelnen hinlänglich Raum zwischen sich lassen. So werden alle Windungen des Bachs übersprungen, so weit als man Lust hat. Wer unentschlossen anläuft und den Sprung nicht wagt, erregt Gelächter wie der, welcher ausweicht.

Nie wird man tüchtige Springer bilden, wenn man immer nur an der gewohnten Oertlichkeit klebt. Obiger Schlängelsprung gibt in jedem Augenblicke eine neue Oertlichkeit, diese muß schnell überblickt, die Weite mit den Augen ermessen, der immer neue Absprungspunkt gefunden und immer in ungewisser Erwartung muthig vorgedrungen werden.

III. Der Tiefsprung.

Der Nutzen dieser Uebung ist von selbst einleuchtend; er ist ganz dazu geeignet, Muth und Entschlossenheit anzuregen, und sehr anwendbar im Leben dazu. Er kann geschehen bloß in die Tiefe, oder in die Tiefe und Weite zugleich.

1. Der Tiefsprung ist von zweyerley Art, rein oder gemischt. Beyde Arten geschehen ohne Anlauf; bey beyden kömmt es darauf an, den Sprung mit der kleinsten Gewaltäußerung auf den Körper zu thun. Man wählt dazu einen weichen Boden, aufgelockerte Erde oder Sand; der Geübte vermeide in der Folge bey mäßigen Höhen den harten Boden nicht ganz.

   Um die Höhe zu veranstalten, werfe man die aus dem Springgraben genommene Erde zu einem Hügel auf.

Hat sich die anfangs zu lockere Erde desselben festgesetzt, so steche man die eine Seite steil ab u. s. w. Diese gewährt von zwey Seiten her steigende Höhen zum Herabspringen. Auf diese Art wird man leicht Standpunkte haben, die 6 bis 9 Fuß hoch sind; genug, um die Haltung des Körpers dabey zu erlernen.

a. Reiner Tiefsprung. Er geschieht ohne Handgebrauch und alles kömmt dabey auf die Haltung des Körpers beym Niedersprung an. Er wird im Sprung zusammen gebogen, damit der Stoß des Bodens sich nicht in gerader Richtung durch das Rückgrad fortpflanze. Eben darum muß man nicht auf die Ferse, sondern auf die Zehen und Fußballen springen. Hierdurch kann man die fehlende Weichheit des Bodens fast ganz ersetzen. Aber hüte sich auch der Springer, sich nicht zu stark und gleichsam erschlafft zusammen zu biegen, damit die Knie das Kinn nicht beschädigen.

b. Gemischter Tiefsprung. Obgleich diese Aufgabe streng genommen, nicht hierher gehört, so nehmen wir sie doch mit, um kürzer seyn zu können. Sie ist mit Handgebrauch verbunden. Stellt man sich auf eine Höhe z. B. einen Tisch, und stemmt zum Hinabsprung beyde Hände vor die Füße nieder, so wird die Last, beym Absprunge mit den Füßen, zuerst ganz auf den Händen ruhen und nur allmählich im Sprunge auf die Füße übergehn. Ungemein wird der Stoß dadurch gemindert. Man wende dieß auf größere Höhen an. Geschieht der Sprung von einem Baumzweige, so ist die Erleichterung noch auffallender, denn hier können die Hände die Stelle des Absprungs umfassen, der Körper läßt sich ganz und gar

in die Tiefe hinab und man gewinnt der Höhe 4 bis 5 F. ab. — Die Haltung des Körpers beym Niederkommen ist ganz wie beym vorigen Sprunge.

2. Der Tiefsprung in die Weite ist der gewaltsamste von allen. Er geschieht mit Anlauf und kann nur, sobald er 4 bis 6 F. hoch geht, auf eine tief aufgelockerte Aufsprungstelle vorgenommen werden. Am zweckmäßigsten wird er an einem Bache oder Graben geübt, der an seinem Ufer höhere Stellen mit entgegengesetzten Tiefen hat.

Vorsichtsregeln. Bey allen Arten des Tiefsprungs steige man nur sehr langsam zu höhern Standpunkten auf. Man soll nie gleich nach der Mahlzeit turnen, am aller wenigsten aber diesen Sprung vornehmen.

B. Von dem gemischten Sprunge.

Jede Art dieser besondern Gattung des Springens hat das Eigenthümliche, daß in dem Augenblicke des Auf- oder Absprunges die Hände auf einen unterstützenden Körper gestemmt werden. Da hierdurch die Last des Körpers sehr merklich erleichtert wird, indem hier nicht bloß die Muskelkräfte der untern, sondern auch der obern Glieder gebraucht werden, um den Körper zu heben; so wird eben dadurch der Sprung fast nach jeder Richtung hin, ohne alle Gefahr, beträchtlicher. Die hierher gehörigen Arten sind folgende.

I. Der Sprung mit dem Stabe.

Zu den gemischten Sprüngen gehört diese Uebung, weil Hände und Arme dabey mitwirken. Sie ist eine Art des Schwingens, wobey der Springende den feststehenden Ge-

genstand zur Aufstützung nicht vorfindet, sondern mitbringt, und ihn zur Unterstützung des Sprunges anwendet, gerade an der Stelle, wo er will. Da diese Unterstützung durch einen Stab gewährt wird, dessen Grundfläche gleichsam nur ein Punkt ist, so liegt hier nicht bloß die Kraft der obern und untern Glieder zum Grunde, sondern vorzüglich die Kunst des Wagehaltens; dessen ungeachtet ist die Sache nicht so schwierig als sie scheint. Diese Art des Sprungs geschieht vorzüglich in die Höhe und Weite.

A. Der Hochsprung mit dem Stabe.

Dieselbe Bahn und dieselben Springpfeiler, die zum Hochsprunge ohne Stab gebraucht werden, dienen auch zu diesem Sprunge und werden auf dieselbe Stelle Blatt IV. Zeichn. 3. c. gestellt, jedoch muß die Entfernung der Springpfeiler von dem Absprungsorte b etwas größer gemacht werden, als bey dem Sprunge ohne Stab; und diese Entfernung nimmt zu, je höher der Sprung wird. Da der Stab immer bey d eingesetzt wird, so entsteht hier bald eine kleine Grube durch den damit verknüpften Stoß; noch besser ist es, gleich vorsetzlich eine in den Boden zu arbeiten; denn sie hindert für immer das Ausgleiten des Stabes.

Der Stab darf nicht aus einem Brette geschnitten werden, sondern muß so gewachsen seyn, wie er ist; 7 bis 10 Schuh lang, und am untern dicksten Ende etwa 2 Zoll stark. Doch läßt sich dieß im Allgemeinen nicht wohl bestimmen, da es sich nach der Größe des Springenden richtet. Am besten ist ein gerade gewachsenes, bloß geschältes, oder nur wenig behobeltes Fichtenstämmchen, so ausgewählt, daß man es mit Leichtigkeit führen kann. Ein solcher Stab läuft von selbst nach oben hin verjüngt aus. Bequemer wird er

noch, wenn man das untere Ende gleichfalls etwas verjüngt bearbeitet. Siehe Blatt IV. Zeichn. 8, wo von a bis b der natürliche Wuchs, von a bis c das verjüngt gehobelte untere Ende bemerkbar ist.

Vorübungen.

1. Die Hebung und Wendung. Die ersten Vorübungen liegen theils in dem obigen reinen Hochsprunge ohne Anlauf. Diese Art des Sprunges muß schon vorher bis zu einiger Fertigkeit, wenn auch nur in niedrigen Höhen geübt seyn. Noch vorbereitender sind die weiter unten vorkommenden Schwingübungen.

Unmittelbare Vorbereitung liegt aber in der Hebung und Wendung. Man stelle den Anfänger, Blatt I. Zeichn. E., vor einen kleinen Graben, lasse ihn den Stab hineinsetzen und so fassen, daß die Rechte oben, etwa der Höhe des Kopfes gleich, angelegt wird, die Linke den Stab unten ergreift, etwa in der Höhe der Hüften. Der linke Fuß steht auf dem Ufer, der rechte hinter ihm um einen Schritt von ihm entfernt. Er versuche es nun, indem er mit dem linken Fuße abspringt, sein ganzes Gewicht auf den Stab zu legen und sich unter dieser Aufstützung auf das jenseitige Ufer hinüber zu schwingen. Sein Körper geht hierbey so neben dem Stabe weg, daß dieser links bleibt und er macht hierbey eine Wendung, die sein Gesicht im Niedersprunge dahin richtet, woher er kam.

Die Schwierigkeit findet der Anfänger gewöhnlich immer nur darin, seine ganze Last dem Stabe anzuvertrauen; anstatt ihn im Sprunge dicht an sich anzuschließen, streckt er die Hände nach ihm aus und bleibt von ihm entfernt, und dadurch wird alles Aufstützen unmöglich. Hat er jene angeschlossene Haltung und vermittelst derselben das

Gleichgewicht erst gefunden, so wird er bald dreister. Er mag nun versuchen, bey den folgenden Sprüngen die Beine immer mehr aufwärts zu schwingen. Kann er dieses mit Dreistigkeit, so werden die Hände nach und nach höher an den Stab angelegt, damit die Aufschwingung stärker werde. Alles dieß geschieht noch ohne Anlauf.

Da dieser aber einer der schwierigsten Punkte bey dieser Uebung ist, so muß auch hierzu der Anfang gegeben werden. Der Sprung wird nie recht mit Kraft und Leichtigkeit ausgeführt, wenn nicht der abspringende Fuß auf die Stelle des Absprungs niedergesetzt wird, in demselben Augenblicke, wo man den Stab auf den Boden niederstützt. Um dieß zu lernen, stelle sich der Anfänger einen mäßigen Schritt vor jenem Graben auf den rechten Fuß; er hebe den linken mit dem Stabe gleichzeitig, setze beyde gleichzeitig nieder, diesen in den Graben, jenen auf die Stelle des Absprungs, und schwinge sich so um den Stab an jenes Ufer. In der Folge mache er nach und nach einen Anlauf von zwey, drey und mehr Schritten, wobey es immer Hauptsache bleibt, daß Fuß und Stab gleichzeitig auf ihre Zielpunkte kommen. Ist das alles gelernt, und das ist bald geschehen, dann erst kann der Anfänger zum Ueberspringen der Schnur übergehen.

Haupt- und Turnübung.

3. Der Hochsprung mit dem Stabe selbst. Der Springende faßt den Stab in beyde Hände, er macht damit einen ziemlich heftigen Anlauf von a nach b hin, Blatt IV. Zeichn. 3., er springt in b, oder schon etwas zuvor, heftig auf, schnellt vermittelst dieses Aufsprunges und durch eine kräftige Stützung auf den Stab den ganzen Körper so auf, daß er sich über die Schnur wegschwingt und jenseits derselben auf die Füße niederspringt, wobey der Kör-

per des Springenden sich natürlich so wendet, daß sein Gesicht im Niedersprunge dahin gerichtet ist, woher er kam. Diese allgemeine Beschreibung bildet hier die Aufgabe, welche dadurch zu lösen ist, daß wir die darin enthaltenen Hauptpunkte zergliedernd aus einander setzen. Diese Hauptpunkte sind folgende:

a) Die Fassung des Stabes. Sie ist im Allgemeinen bekannt. Siehe Blatt I. Zeichn. E. Es ist sehr gleichgültig, ob die untere Hand den Stab so angreift, daß der Daumen, oder der kleine Finger nach oben steht. Man überlasse es der Gewohnheit eines jeden. Die obere kann nie anders angelegt werden, als so, daß der Daumen oben ist. Es kommt ferner gar nicht darauf an, ob die Rechte oder die Linke unten anfasset; dem Einen ist dieses, dem Andern jenes natürlicher, dabey muß man ihn lassen. Aber alles liegt daran, daß die unten liegende Hand den Stab nicht zu weit nach dem untern Ende hin festhält. Diese Stelle muß immer im Verhältnisse mit der Höhe des Sprunges stehn. Ist z. B. die Höhe des Sprunges 6 Fuß, so muß diese Hand wenigstens 5 besser $5\frac{1}{2}$ bis an 6 Fuß von dem untern Ende des Stabes entfernt bleiben. Jeder gelangt sehr bald zu so viel Augenmaße, bey dem flüchtigen Anblick der Höhe, die Hand verhältnißmäßig anzulegen. Die obere Hand richtet sich stets nach der untern und rückt folglich weiter am Stabe hinauf, wenn diese es thut.

b) Der Anlauf von 12 bis 15 Schritten wird in seinem Fortgange beschleunigter; anfangs ist er ein leichtes Hinschweben auf den Fußspitzen, er wächst an Schnelligkeit und ist am heftigsten kurz vor dem Aufsprunge.

Von ihm hängt das Gelingen und die Leichtigkeit des Sprunges vorzüglich ab. Da der Ab- und Aufsprung immer nur mit einem Fuße geschehen kann, wie dieselbe Zeichnung E angibt, und gerade dieser in die richtige Stelle des Aufsprungs gebracht werden muß: so ist es auch nothwendig, die Schritte des Anlaufs so zu ordnen, daß der abspringende Fuß auf die richtige Stelle komme. Muß man im Anlaufe einen Rechnungsfehler der Schritte verbessern, d. i. ein Paar Schritte größer oder kleiner machen, als sie von selbst geworden wären: so wird der Sprung gewöhnlich schwerfällig und matt.

c) Die Einsetzung des Stabs und der Aufsprung müssen völlig gleichzeitig geschehen; denn eben dadurch wird es möglich, die Aufschwingung mit der größten Leichtigkeit bis zur größten Höhe zu bringen, weil nur unter dieser Bedingung die Kraft der untern und obern Glieder gleichzeitig wirken kann. — Die Einsetzung des Stabes geschieht nicht immer auf ein und eben derselben Stelle vor der Schnur. Bey ganz niedrigen Sprüngen von 4 F. ist 1 F. vor der Schnur schon hinreichend; bey höhern $1\frac{1}{2}'$ bis $2'$. Da nun aber die Stelle des Einsatzes durch die oben berührte Grube feststehend ist, so müssen die beyden Springpfeiler bey höhern Sprüngen etwas mehr nach der Stelle des Niedersprungs hingerückt werden; oder, was ich für noch besser halte, die Pfeiler bleiben stets $1\frac{1}{2}'$ Leipz. von dem Einsatze des Stabes entfernt und jeder gewöhnt sich, alle Sprünge dabey zu machen, was gar keine Schwierigkeit hat.

Weit wichtiger ist die gehörige Erlernung des Absprunges. Etwas ist davon schon oben bey der Vorübung berührt. Man springt nur mit einem Fuße

ab, und zwar 2, 3, 4, ja 5 Schuh vor dem Einsatze des Stabes, und dieser Fuß wird bestimmt durch die Anfassung desselben. Setzt nämlich der Springer die linke Hand unten an, so muß durchaus mit dem linken Fuße abgesprungen werden, Zeichn. E, und umgekehrt mit dem rechten, wenn er die Rechte unten an den Stab anlegt. Die Aufschwingung des Körpers wird hiernach auch völlig entgegengesetzt; mit dem linken Fuße schwingt man sich nämlich so um den Stab herum, daß man ihn zur linken behält, und so umgekehrt. Ist man hierauf gleich im Anfange nicht aufmerksam, und gewöhnt sich der Uebende, den falschen Fuß zu gebrauchen, so lernt er nie mit gehöriger Gewandtheit springen, weil die gehörige Wendung des Körpers im Aufschwunge dadurch gehindert wird.

d) Die Aufschwingung und Wendung. Die Aufschwingung des Körpers wird bewirkt durch die Kraft des abspringenden Beines, durch die Unterstützung der untern und den Zug der obern Hand, so wie endlich und vorzüglich durch den Trieb des heftigen Anlaufs, der, durch den Einsatz des Stabes plötzlich gehemmt, seine wagrechte Richtung in eine schreg aufsteigende verändert, und dadurch den Körper des Springenden über die Schnur wegtreibt. Schon bey einer mäßigen, nicht ganz ungeschickten, Anwendung jener Kräfte wird die Aufschwingung keine Schwierigkeit haben, wenn nur die Regel befolgt wird: daß der Aufsprung des Fußes und der Einsatz des Stabes durchaus in der Richtungslinie des Anlaufs geschehen müsse. D. h. mit andern Worten: der Springende muß den Stab gerade vor den abspringenden Fuß einsetzen, keineswegs links oder rechts von demselben abwärts.

Die Wendung des Körpers während d
Aufschwingung ist aus mehrern Gründen nothwendi
Sie besteht darin, daß der Springende während d
Sprunges sich so herumdrehet, daß sein Gesicht beym
Niedersprunge gerade in die durchlaufene Bahn des A
laufs hinsieht, kürzer, daß er hinsieht, woher er kam
Ohne diese Wendung würde der Sprung sehr unbeho
fen ausfallen. Indem der Springende abspringen will
hat er das Gesicht noch gerade gegen den Gegenstand de
Sprungs gerichtet, wie Zeichnung E., indem er abe
die Füße seitwärts hinaufschwingt, und diese dem Kopf
voraneilen, so muß sich der Körper nothwendig um de
Stab drehen; wann sodann die Füße schon über di
Schnur weg sind, so wird der Kopf noch weit diesseits
seyn. Jetzt erscheint der Springende wie Blatt I
Zeichn. F. Augenblicklich hinterher erscheint er mit der
Mitte des Körpers schon über die Schnur weg und der
Niedersprung beginnt, wie die folgende Zeichnung G
angibt. Wie könnte er in dieser Lage anders als rück
wärts niederkommen.

e. Die Behandlung des Stabes. Das obere
Ende desselben wird, indem der Körper über die Schnur
hinschwebt, mit fortgezogen, und der Springende wür
de damit die Schnur herabreißen, wenn er den Stab
nicht behandeln lernte. Die leichteste Art ist: ihm, um
Loslassen mit einer Hand einen kleinen Stoß zu geben,
in dem Augenblicke, wo die größte Höhe erreicht ist,
wodurch er denn in die Anlaufsbahn oder seitwärts zu
rück fällt. Schwieriger ist es, ihn über die Schnur
mit fortzunehmen. In diesem Falle wird er, im ersten
Beginn des Niedersprungs, um ein Unmerkliches vom
Boden gelüftet, sodann hebt ihn die untere Hand, in

deß die obere an ihrer Stelle ihn niederdrückt. Die Folge hiervon muß natürlicherweise die seyn, daß der untere Theil des Stabes nach oben und der obere nach unten hingeht. Eben darum hat ihn der Springer, wenn der Niedersprung vollendet ist, gewöhnlich verkehrt im Arme, wie der Krieger das Gewehr, wenn die rechte Hand im Sprunge oben am Stabe war. Dieses Mitnehmen des Stabes ist anfangs ziemlich schwierig, man muß es, eben so wie das obige zurückstoßen, erst bey niedrigen Sprüngen versuchen.

f) Der Niedersprung hängt völlig von der Beschaffenheit des Sprunges selbst ab, wenn dieser vollkommen war, so wird es jener von selbst. Der gewöhnlichste Fehler des Niedersprungs ist der, daß man gleich hinter der Schnur senkrecht zu Boden kömmt. Siehe Blatt IV. Zeichnung 9, wo a die Stelle des Aufsprunges, c den Durchschnitt der Schnur, b den darüber schwebenden Springer, d dessen regelmäßigen, e hingegen dessen fehlerhaften Niedersprung anzeigt. Falsch ist dieser letztere, weil er den Springenden aus dem Gleichgewichte bringt. Um nicht rücklings nieder zu fallen, ist er eben daher genöthiget, schnell rücklings nach d hin zu laufen. Bey dem Niedersprunge in d, kommt die Person im Gegentheile im völligen Gleichgewichte zu Boden, sie weicht keinen Zoll nach irgend einer Seite hin von der Stelle, wo die Fußspitzen den Boden berührten. Man kann diese völlige Ruhe, als das Merkmal des vollkommenen Sprunges annehmen. Daß der Niedersprung mit geschlossenen Beinen auf die Zehen und mit gehöriger Kniesenkung geschehen müsse, ist schon bekannt.

Die Haltung des Körpers ist durch die 3 Zeichnungen Blatt I, Zeichn. E. F. G hinreichend bestimmt.

Viele lernen den Aufschwung der Beine so gut, daß diese in der höchsten Stelle des Sprungs weit höher liegen, als der Kopf.

Die Reihe für diesen Sprung ist 9 bis 10.

g) Aufgaben und Abänderungen. Nur langsam gehe der Turnlehrer bey folgenden Aufgaben von einer zur andern. Zwischen ihnen liegen immer noch viele Zolle, auf welche die Schnur nach und nach steigen kann. Die Hauptsinsen in Hinsicht auf Höhe sind diese:

1. Der Hüftsprung. Er geht etwa den Hüften gleich. 2. Herzgrubensprung. 3. Kinnsprung. 4. Scheitelsprung. 5. Sprung über die Fingerspitzen, d. i. so weit als diese hinauf reichen können. Alle mit fallendem Stabe.

Dieselben Höhengrade bilden die folgenden Aufgaben 6, 7, 8, 9 und 10, wenn die Bedingung hinzu kommt, den Stab mitzunehmen, ohne die Schnur zu berühren. —

Wiederum dieselben machen die Aufgaben 11, 12, 13, 14 und 15, wenn sie mit völligem Umdrehen verbunden werden. Man weiß aus dem Obigen, daß der Springer sich während des Aufschwunges wendet, diese Wendung wird hier so verstärkt, daß er sich zwischen dem Auf- und Niedersprunge einmal völlig um sich selbst drehet, wodurch mithin das Gesicht in die Gegend hinaus gerichtet wird, wohin der Sprung geht. Erleichtert wird diese ganze Wendung, wenn man ein wenig höher springt, als es eigentlich, der Höhe der Schnur nach, nöthig wäre. —

16, 17, 18 und 19 sind die obigen Höhen bey 1, 2, 3 und 4 unter der Bedingung, daß links oder besser umgekehrt gesprungen werde. Diese Aufga-

ben gründen sich auf das Gesetz, daß die Glieder beyder Seiten gleichmäßig geübt werden müssen. Die Bedingung dieser Aufgaben liegt darin, daß jeder, wer gewohnt ist, mit dem linken Fuße abzuspringen und dabey die Linke unten, die Rechte oben am Stabe zu haben, jetzt gerade entgegengesetzt verfahren, d. i. mit dem rechten Fuße abspringen, den Stab mit der Rechten unten, der Linken oben fassen, und sich so um denselben aufschwingen muß, daß ihm der Stab dabey zur Rechten bleibt. Wer gewöhnlich mit dem rechten Fuße abspringt, muß daher nach dieser Aufgabe gleichfalls entgegengesetzt verfahren.

h) Erfahrungen: Ich könnte eine Menge von hiesigen Erfahrungen anführen, die es beweisen, bis zu welcher Geläufigkeit dieser Sprung leicht zu bringen ist. Der Raum erlaubt nur wenig. Ein kleiner Turner von 55 Leipz. Zoll Größe sprang 80 bis 90 Zoll; ein anderer, 67 Zoll groß, sprang mit völliger Sicherheit 100 Z. und mit völligem Umdrehen. Ein dritter, 63 Z. groß, sprang 82 Z. mit völlig schönem Anstande und großer Leichtigkeit. Er machte den Aufsprung gewöhnlich $5\frac{1}{2}$ Fuß Leipz. vor dem Stabe, setzte diesen $1\frac{1}{2}$ Fuß vor die Schnur, und kam zum Niedersprunge 9 Schuh hinter der Schnur. Er übersprang daher, bey 82 Z. Höhe, gewöhnlich 16 Leipz. Fuß mit so unabänderlichem Gleichgewicht, daß er im Niedersprunge gleichsam wie angenagelt stand, ohne zu wanken.

i) Vorsichtsregeln. Die vorzüglichsten Vorsichtsregeln sind zwar schon in dem Obigen enthalten, oder sie sie sind so allgemein, daß sie auf jede Uebung passen. Man sehe weit mehr auf völlig guten Anstand, als auf

die Höhe des Sprungs und gehe nur langsam zu höhern Sprüngen über. Man sehe darauf, daß die Springstäbe nicht zu schwach sind, und verabschiede diejenigen sogleich, die beym Sprunge knistern.

V. Der Weitsprung mit dem Stabe.

Ungeachtet der Hochsprung mit dem Stabe eine treffliche Uebung für den Körper ist, so hat er doch bey weitem nicht die Anwendbarkeit im Leben, wie dieser, der seine Anwendung überall leicht findet, besonders in wasserreichen, von Gräben häufig durchschnittenen Gegenden.

Springbahn. Man kann eine Stelle des Turnplatzes besonders dazu einrichten, nämlich einen seichten, jedoch in seiner Mitte 2 bis 3′ tiefen Graben machen, der, bey einer beliebigen Länge, in seiner Breite von 8 bis zu 21 Fuß rheinl. zunimmt. Man kann an der einen Seite, von Entfernung zu Entfernung, durch gewisse bleibende Zeichen, die jedoch dem Springenden nicht hinderlich seyn müssen, die jedesmalige Breite des Grabens in den Stellen angeben, damit man des häufigen Messens überhoben ist. Ein solcher Graben ist für die Anfänger am schicklichsten, überhaupt bequem, weil man ihn immer bey der Hand hat, und unentbehrlich, wenn kein Bach oder Wassergraben von obigen Breiten in der Gegend zu finden ist. Das Ufer zum Niedersprunge wird locker erhalten.

Die Springstäbe können hier etwas stärker und müssen länger seyn, als bey der vorigen Uebung. Es kommt darauf an, wie weit man springen will, und wie hoch oder niedrig die Ufer sind, von welchen man abspringt. Zehn bis 13 Fuß rheinl. sind gewöhnlich genug.

Die Fassung des Stabes ist ganz wie bey dem Hochsprunge; der Anlauf ist heftiger, je weiter der Sprung geht. Der Absprung ist ganz nach denselben Regeln, wie bey der vorigen Uebung. Eben so die Aufschwingung, nur gleich vom Anfange an bildet sich der Bogen des Sprunges gestreckter. Die Wendung des Körpers ist, wenn man will, wiederum eben so; bequemer ist jedoch, statt der völligen halben, die Viertels-Wendung. Im Niedersprunge drücken die Hände heftiger gegen den Stab, die Füße streben möglichst weit hinaus, um die weitere Entfernung des Ufers zu erreichen. Dieses Benehmen bedarf hier keiner Abbildung. — Aber man ist im Stande, durch den Druck der Hände gegen den Stab, von denen eine auf dem obern Ende des Stabes ruhet, oder doch beynahe bis zu dieser Höhe hinaufgreift, den Körper so hoch hinaufzutreiben, daß man über der Spitze des Stabes schwebt. Um desto schöner nimmt sich dann der Sprung aus. Ich habe aber nur einen Jüngling gekannt, der so sprang, wie Blatt I. Zeichn. H zeigt. Nur wenige lernen sich so hinaufziehen.

Die Aufgaben bey diesem Weitsprunge sind folgende: Man springt entweder, wenn die Gesellschaft von gleicher Größe ist, in die Wette, oder nimmt bey ungleicher Größe folgende Abstufungen an, nämlich den Sprung von 2 Leibeslängen; von 3 Leibeslängen und von 4 Leibeslängen. — 18, 20, 22 bis 23½ Leipz. Fuß habe ich von geübten Turnern sehr oft überspringen gesehn.

Turnübung.

Der Hochsprung mit Stabe kann nie so recht in dem Sinne, wie ich die geregelte Turnübung denke, Turnübung werden; nur dann, wenn man eine in diesem Sprunge so

völlig eingeübte Reihe von Turnern hätte, daß man von jedem sagen könnte, er verfehlt seinen Sprung selten oder nie, ließe sich der Hochsprung mit dem Stabe allenfalls auf ähnliche Art machen wie oben . . der Sturmsprung. Ich kann dazu nicht rathen.

Der Grabensprung mit Stabe. —

Mehr eignet sich der Weitsprung zur Turnübung. Man gebrauche dazu den vorhin angegebenen Graben des Turnplatzes. Für diese Uebung ist es aber zweckmäßig, daß er längshin in seiner Mitte vertiefter ausgegraben sey. Noch besser kann er, wenn man Gelegenheit dazu hat, an einem Bache in Ausübung gebracht werden. Hier ist Raum zum stellen einer langen Linie, von welcher aus die Turner den Anlauf auf förmlich angeordnete Befehligung (Commando) nehmen. Z. B. der Springstab wird auf der rechten Schulter getragen wie die Pike, jedoch verkehrt, die Rechte umfaßt den Stab mit voller Faust, etwa in der Mitte des jetzt unten stehenden Drittels desselben. Es wird befehligt: Richt euch! Die Turner, 6 Schritt von einander, richten sich und ziehn die rechte Hand an die Hüfte heran, so daß der Stab fast senkrecht hinaufsteht. Auf die Worte: halb rechts — um! — wird die Achtelswendung gemacht. Jetzt folgt der Befehl: Fällts — Gewehr! — und durch einen Druck mit der Rechten wirft jeder den Stab in die Linke, welche gleichzeitig rasch vorgreift und den Stab umfaßt, indeß die Rechte, deren Daumen jetzt unten liegt, los läßt, augenblicklich in einem kurzen Bogen um den Stab herum fährt und ihn von hinten faßt, so daß jetzt der Daumen nach Oben hinaus weiset. — Auf ein Turner — Marsch! wird bey dieser Haltung der Anlauf gemacht und der Sprung gleichzeitig gewagt.

C. Der Tiefsprung mit dem Stabe.

Weder Anlauf noch eigentlicher Absprung findet Statt; nichts ist in der Uebung was Anstrengung der untern Glieder erforderte; die Hände und Arme kommen dabey stark in Anspruch und ein wenig die Kunst des Waghaltens. Der Springende setzt den Stab in die Tiefe, beliebig entfernt von seinem Standpunkte. Er faßt ihn mit beyden Händen nach gewöhnlicher Art, und indem er mit diesen immer tiefer und tiefer an dem Stabe hinabgleitet, so ruhet endlich fast die ganze Last des Körpers vermittelst der Hände auf dem Stabe. So kann er, wenn die Tiefe beträchtlich, etwa zwey Leibeslängen ist, so tief hinabgleiten, daß der Körper in sehr steil-schreger Richtung umgekehrt erscheint. In dieser Lage gibt er sich mit dem vorstehenden Fuße einen sanften Abstoß, oder verläßt mit beyden Füßen nur schlechthin seinen Standpunkt und schwingt sie neben dem Stabe weg zu Boden. Auch hier geschieht der Niedersprung mit Kniebeugung auf die Fußspitzen.

Der Hauptvortheil bey dieser Uebung liegt in der Fertigkeit seine ganze Leibesschwere auf einen Stab zu stützen, ohne zu wanken. Hierzu ist es durchaus nöthig, die Füße weit auseinander zu setzen und eben dadurch eine Art von Dreyfuß zu bilden, sonst möchte man nur gar zu leicht das Gleichgewicht verlieren.

E. Der Tiefsprung in die Weite mit Stabe

findet in seinem vollen Sinne genommen, keine Anwendbarkeit auf dem Turnplatze. Es ist genug, ihn an dem abschüssigen Ufer eines Baches oder Grabens zu üben, um das jenseitige niedrigere Ufer zu erreichen.

II. Das Schwingen.

Ich weiß es, daß das Schwingen (Voltigiren) eine der vortrefflichsten Körperübungen ist, daß es mehr als irgend eine andere die Muskelkraft und Gelenkigkeit der obern und untern Glieder, des Rückens u. s. w. vermehrt, daß es Augenmaß und Muth ganz vorzüglich in Anspruch nimmt. Gern möchte ichs daher auf jedem Turnplatze eingeführt sehn; jedoch nur auf vollkommenen, gut gepolsterten Schwingpferden, weil bey diesen nicht leicht durch Anstoßen, Ausgleiten u. d. gl. Verletzungen vorfallen können. Ungleich weniger ist dieß der Fall bey bloßen Holzböcken, die man statt jener gebrauchen kann; sie reizen trefflich zu jeder Art selbst des kühnern Sprungs, aber sie schützen dabey wohl zu wenig gegen Verletzung. Da für jetzt nur auf sehr wenigen Turnplätzen an Schwingpferde, wie sie seyn müssen, zu denken seyn dürfte: so sey es dießmal genug, einen Mittelweg zu treffen, um an ganz wohlfeiler Vorrichtung die nützlichsten Sprünge zu üben; kurz, nur das, was anwendbar ist auf jeden Turnplatz.

Es ist nicht vorauszusetzen, daß jeder Turnlehrer die Schwingkunst in ihrer Ausführung auf einem Schwingpferde gesehen und dadurch eine deutliche Vorstellung erhalten habe; aber nöthig, eine vorläufige, wo möglich klare Ansicht von dieser Gattung des Springens zu gewinnen, um das Folgende besser zu verstehen.

Schwingen heißt, seinen Körper, vermittelst eines Vorsprungs, von dem Boden aufschnellen, und ihn, in eben dem Augenblicke, durch Aufstützung der Hände auf einen feststehenden Gegenstand, einen solchen Schwung geben, daß dadurch das Ziel des Sprungs mit Leichtigkeit erreicht wird. Dieses Aufsetzen der Hände, theils zur Erleichterung, theils

zur bestimmten Richtung des Sprungs, gibt dem Schwingen seinen Hauptwerth; denn eben dadurch, daß die Richtung des schwebenden Körpers nicht bloß, wie bey den vorigen Sprungarten, von den Füßen herstammt; sondern vorzüglich in den Händen und Armen liegt, erhält diese Uebung für den Körper mehr Bildendes, als irgend eine andere.

Zum vorläufigen Versuch folgendes: Man stelle sich 2 gute Schritt von einem feststehenden, langen, aber schmalen Tisch, auf eine Stelle, die wir a nennen. Die Mitte zwischen a und dem Tische sey b. Man mache gleichzeitig mit beyden Füßen einen leichten Vorsprung von a nach b; springe hier auf den Fußspitzen augenblicklich wieder auf und setze beyde Hände stützend auf den Tisch: so werden die Füße mit großer Leichtigkeit zwischen die Hände auf den Tisch zu setzen seyn u. s. w. Oder man setze nach einem solchen Vorsprunge die Hände mehr in die Mitte auf, und werfe die gestreckten Beine seitwärts über den Tisch weg jenseits zu Boden. Eben so nimmt der Geübtere einen Vorsprung, stemmt die Hände auf einen Schlagbaum und wirft die Füße seitwärts über, so daß er jenseits zu stehen kömmt u. s. w.

Da alle Sprünge dieser Art eigentlich nur berechnet sind zur rüstigen Aufschwingung auf ein Pferd, zum Abspringen von demselben oder zu dessen Ueberspringung, so werden alle diese Uebungen auch nur auf einem hölzernen Schwingpferde vorgenommen, das mit Leder und Haar überpolstert, in einem geräumigen Saale errichtet ist. Allein einige der nützlichsten Sprünge lassen sich ohne Schwingpferd und selbst als Turnübung gemeinschaftlich ausführen, nämlich der Sprung auf und über das Pferd auf verschiedene Arten. Diese halte der Turnlehrer fest.

Der Schwingbaum und das Schwinggerüst. Zu den Schwingübungen könnte der Turnplatz zwar einen

besondern Schwingbaum haben, der etwa 1 Schuh stark im Durchmesser und so lang als möglich (60 bis 80′) wäre, ohne sich nach der Spitze hin zu sehr zu verjüngen. Er müßte ferner so eingerichtet seyn, daß er sich auf seinem Lager höher und niedriger stellen ließe, so daß man ihn nach und nach bis fast zur Schulterhöhe der Schwingenden erhöhen könnte. Allein die Kosten des Platzes sind sehr zu berücksichtigen. Zum Glück kann der Wagbaum, der weiter unten beym Waghalten beschrieben wird und auf dem Blatte II. Zeichn. B abgebildet ist, die Stelle eines besondern Schwingbaumes vertreten; wenn man nur die Einrichtung trifft, die schwankende Spitze bey b nach Belieben bald feststellen, bald los lassen zu können, so daß der Baum in jeder Minute bald zum Schwing- bald zum Wagebaum gemacht werden kann.

Um dieß vollkommen zu erreichen, errichte man gerade unter der Spitze des Wagebaums einen eingegrabenen Ständer, gerade wie Blatt IV. Zeichn. 10, so daß die Spitze, wenn sie auf beyden Seiten gehörig abgeglättet worden, in den Schlitz dieses Ständers hineintreten und gleichfalls durch einen eisernen Bolzen darin fest gelegt werden kann. Dieser Ständer wird etwa anderthalb Fuß vom Boden bey a a durchsägt, hier mit Gelenkbändern versehn, so daß er vermittelst derselben nach Belieben zu Boden gelegt oder errichtet werden kann. Auf der diesen Bändern entgegengesetzten Seite ist noch ein Anwurf angebracht, vermittelst desselben er in seiner aufrechten Stellung fest gehalten wird. Will man auch die Kosten eines solchen Ständers vermeiden, so errichte man unter der Spitze des Baums ein hölzernes Kreuz, so daß es stark gedrängt untertritt. Hierzu bedarf es nur zweyer kurzer Stangen, die ein Strick zu einem Kreuz verbindet und welche mit ihren untern Enden in ein Paar Löcher treten, die man in den Boden gemacht hat.

Will man außer dieser Einrichtung des Wagebaums für die Schwingübungen noch etwas haben, so sey es ein leichtes Gerüst Blatt IV. Zeichn. 11, eine drittehalb bis 3 Zoll starke glatte Stange von 16 Schuh Länge ruhe in den Köpfen von 3 eingegrabenen Pfeilern. Hat man nach dem Unterschiede der Größe der Turner 3 solcher Schwinggerüste, von 3 F., von $3\frac{1}{2}$ F. und von 4 F. rheinl. Höhe, so sind sie zu den folgenden Schwingübungen 1, 2, 3 und 6 sehr gut zu gebrauchen. *)

Vorübungen.

Die ersten Vorübungen müssen sich ganz allein auf Hände und Arme beziehen, denn kein Schwingsprung ist ohne sie zu machen. Diese müssen daher erst abgerichtet werden, den ganzen Körper als Stützen zu heben, zu tragen, im Gleichgewicht zu erhalten. Ist dieß geschehen und schon der Sprung ohne Anlauf geübt, dann kann man zu eigentlichen Schwingsprüngen übergehn. Hier folgende Stufen:

1. Das Stemmen. Ausführbar sowohl am Wagebaume als am Schwinggerüste. Die Turner, so viel ihrer Platz haben, treten davor, fassen mit beyden Händen darauf und auf das Wort auf! springen sie mit beyden Füßen aufwärts und stützen sich so auf die Hände, daß der Körper dadurch gehoben und schwebend gehalten wird. Jeder hält sich in dieser Lage, so lange er es vermag. Man macht die Uebung auf Dauer in die Wette und von drey Turnern ist allemal der zuletzt abspringende Sieger, d. h. kämpfen 9 zusammen, so sind

*) Da der Wagebaum Blatt II. zu den Darstellungen des Wagehaltens dienen mußte, so ist auf Blatt I. Zeichn. K nur eine willkührliche Unterlage gezeichnet.

die 3 letzten, kämpfen 13 zusammen, so sind die 6 letzten, welche abspringen, Sieger. Diese so einfache Haltung bedarf keiner bildlichen Darstellung, da sie jedoch in anderer Beziehung bey den Hang- und Rückübungen als Stützgang vorkömmt, so kann hier auf jene Zeichnung Blatt II. Zeichn. F. 5 hingewiesen werden.

2. Das Heben. Hierbey sitzen die Turner reitend auf dem Schwingbaume, sie stützen die Hände dicht vor sich nieder und auf das Wort auf! hebt sich jeder auf den stützenden Händen empor, so daß der Körper schwebt, je höher, desto besser. Knie- und Fußgelenke sind dabey gestreckt, wie auf Blatt I, Zeichn. K. 1. Auch diese Uebung geschieht in die Wette auf eben die Weise, wie die vorige. Geduld und Dauer gehören ins Leben. — Bey dieser Hebung wird dann oft die Nebenbedingung gemacht, den schwebenden Körper vermittelst der Handgelenke links und rechts zu drehen, oder die Füße vor- und rückwärts zu schwingen. Nach öfteren Versuchen an mehreren Tagen, sieht die Gesellschaft die Arm- und Handkraft wachsen. Jetzt kommt

3. Das Handgehen. In der schwebenden Stellung Blatt I. Zeichn. K. 1, doch nicht gerade mit gestreckten Beinen, schreitet einer nach dem andern auf der Unterlage mit den Händen vorwärts, so weit er kann, nach und nach immer weiter, nur durch öftere, nie überspannte Uebung, wird auch diese schwierige Aufgabe leichter Doppelter Art:

a) Rittlings.

b) Stemmend. In der Haltung, wie oben bey Vorübung 1. geht der Turner am Schwinggerüst seitwärts

weiter. Sieger ist bey beyden Arten, wer am weitesten geht.

Von jetzt an ist Handfestigkeit genug da, um die eigentlichen Schwingsprünge zu beginnen, wie sie hier folgen.

4. Aufsprung im Sattel *) und das Niedersetzen. — Genau an das Heben reihet sich diese Uebung. Sie ist am besten auf dem Wagebaum zu machen. Der Reitende stemmt die Hände vor sich nieder und hebt dadurch die untern Glieder und das Kreuz so, daß die Füße dicht hinter den stützenden Händen auf den Sitz auftreten. Blatt I. Zeichn. K. 2. Die Person nimmt sodann aufrechte Stellung an. Knaben machen diese Aufgabe sehr bald so fertig, daß sie ohne Anwendung des Schwungs der Beine die Füße in die genannte Stelle heraufsetzen; weit schwieriger ist sie den Erwachsenern. Allein wenn man, bey hoch über den Kopf aufwärts gestreckten Armen, den Körper ein wenig zurücke legt, indem man die Füße gleichzeitig vorn hinaus schwenkt und sodann sogleich die Schwingung der Füße rückgängig macht, indem man zugleich die Hände dicht vor sich nieder stemmt, so ist man sehr wohl im Stande den Aufsprung zu machen. Uebung führt dann bald weiter. — Das dem Aufsprunge folgende Niedersetzen in den Sattel ist ohne alle Schwierigkeit. Man stützt die Hände dicht vor den Füßen auf den Baum, legt so die ganze Last des Körpers auf die Arme und schwebt sanft zum Sitzen nieder. Aufstoßen auf den Baum

*) Ein Sattel wo keiner ist. Man verzeihe diesen Ausdruck, ich behalte ihn bey, um der Kürze willen. Er bezeichnet die Stelle, vor und über welcher die Uebung gemacht wird.

wird nicht geduldet. Anfänger muß man anhalten, an dem Stande niederzuschweben und einige Augenblicke an den Händen schwebend zu bleiben, ehe sie sich setzen.

5. Der Aufschwung in den Sattel und das Abschwingen. — Der Uebende stellt sich vor den Baum. Er macht mit vereinten Füßen einen Vorsprung, setzt in denselben Augenblicke beyde Hände auf den Baum, hebt sich und schwingt das rechte Bein hinüber. Der Körper schwebt dabey auf den stützenden Händen und senkt sich sanft in den Sattel nieder. — Das Herabschwingen aus dem Sattel wird gleich in dieser Vorübung mitgenommen. Der Turner setzt, gerade wie unter 3 genau angegeben worden, die Füße nach vorn, Körper und Hände ein wenig rückwärts in Vorschwung, hierdurch wird es ihm möglich, mit dem Aufstützen der Hände zugleich die beyden Füße rückwärts aufzuschwenken und mit beyden vereint zu Boden zu springen.

6. Der Sprung über den Sattel weg gehört von allen Schwungsprüngen zu den anwendbarsten, nicht sowohl in seiner Anwendung auf ein Pferd, sondern auf unzählige Hindernisse, die man zu überspringen hat; er sollte daher auf dem Turnplatze vorzüglich geübt werden. Dieser Sprung ist in seiner Ausführung doppelt, links und rechts; träte der Springende z. B. einem Pferde zur linken Seite, setzte die Hände auf den Sattel und schwänge beyde Beine über das Kreuz des Thiers jenseits hinab, so wäre der Sprung rechts; thäte er es von der rechten Seite des Pferdes, so wäre er links. Man könnte sich mit der Einübung des einen oder andern begnügen, allein wenn auch hier die Rede nicht ist von ängstlich geschärften Erziehungsgrundgesetzen, so

darf man doch deßhalb die Regel allseitiger (hier beyderseitiger) Ausbildung nicht überall verwerfen. Darum lerne man diesen Sprung rechts und links. — Hier die Regel: Schon mit dem bloßen Vorsprunge, wie bey 4, überspringt der Geübte ein mäßig großes Pferd und leicht die Höhe seiner Herzgrube. Dem Anfänger kann man ein Paar Schritt Anlauf erlauben. Er endet ihn mit Vorsprung, wie bey 4, setzt beyde Hände mit dem Vorsprunge auf den Baum, hebt hierbey den Körper und wirft die vereinten und gestreckten Beine rechts über den Baum hoch weg. Jenseit gewinnet er mit vereinten Füßen den Boden, indem die rechte Hand indeß vom Baume abläßt und nur die linke haften bleibt. Vergeblich ist es, das Leben in seiner Bewegung in unlebendigen Gebilden darzustellen, dennoch könnte Blatt I. Zeichn. K. 3 einige Anschaulichkeit bewirken. Es bleibt bey diesem Sprunge noch zu bemerken, daß die Hände beym Aufstützen auf den Baum ziemlich nahe an einander gesetzt werden müssen; den Grund wird man leicht finden; ja es ist zweckmäßiger, sie nicht auf der Länge des Baums neben einander zu setzen, sondern so, als wenn man den Baum in schreger Richtung umspannen wollte. Doch ist dieß gerade nicht nothwendig. Will man doppelseitig üben, so kann von jener Seite des Baums der Sprung links herüber gemacht werden. Doch pflegt der eine oder der andere Sprung anfangs sehr zu widerstehen. Darum übe man zuerst, was jedem natürlicher und leichter ist.

7. Der Hinaufsprung stehend in den Sattel. Es darf kein starker Anlauf erlaubt werden; anfänglich nur ein Paar Schritte höchstens, in der Folge bloß Vorsprung. Mit ihm werden beyde Hände und zwar so

weit von einander, als die Füße zwischen ihnen Pla
erfordern, auf den Baum gestemmt, der ganze Körpe
wird heftig gehoben, die Knie werden gegen die Bru
heraufgezogen, so daß beyde Füße zwischen den Hände
auf den Sattel treten. In demselben Augenblicke stell
man sich aufrecht. Nur auf dem Wagebaume ist dieser
Sprung auszuführen, weil man auf dem dünnern Baum
des Schwinggerüstes viel leichter die Wage verliert.
Dieß ist aber wider die Regel, man muß ohne Schwan
ken auf ihm fest stehen lernen, und dieß ist gar nich
sonderlich schwierig. — Setzt man die Füße bey dieser
Aufgabe nicht auf den Sattel oder Baum, sondern läßt
sie darüber hinaus gehen, indem man sich auf den Baum
niedersetzt, so entsteht dadurch der Sprung quer in der
Sattel; setzt man sich aber nicht, sondern springt jenseit
des Baumes zu Boden, so entsteht dadurch der Sprung
über den Sattel durch die Arme. Beyde lassen sich wohl
üben mit einzelnen Turnern, indem der Turnlehrer dabey
die nöthige Hülfe zu geben bereit steht, aber nicht gemein-
schaftlich. Ich berühre sie daher nur im Vorbeygehn.

Zusatz. Bey zweyen der eben angegebenen Uebungen ist
es nöthig, daß der Turnlehrer dem Anfänger so lange
Hülfe gebe, bis er den Sprung fertig macht; nämlich
bey 6 und 7. Er stellt sich bey beyden Sprüngen auf
die entgegengesetzte Seite des Baumes, wohin der
Springende gedenkt. In dem Augenblicke, wo dieser
die Hände aufstemmt, faßt der Turnlehrer den Unterarm
über der Handwurzel und zwar den linken, wenn der
Sprung rechts geht, im entgegengesetzten Falle den rech-
ten. Bey dem Sprunge 7 ist die Hülfe ganz dieselbe,
man faßt den einen oder den andern Arm über der Hand-
wurzel. Alles Uebrige findet sich selbst.

Turnübungen.

Obige Schwingsprünge sind sämmtlich geeignet, gesellschaftlich auf Befehligung (Commando) ausgeführt zu werden, und sie gehören zu den angenehmsten Uebungen eines Turnplatzes, so wie zu den wirksamsten. Unerläßlich ist es aber, so wie bey allen, so auch vorzüglich bey diesen Turnübungen, daß die Vorübungen gut eingeübt werden. Ich lasse sie hier in einer naturgemäßen Reihe hinter einander folgen. Alle kommen in Folgenden ohne Ausnahme überein. Die Turner bilden dabey nur 1 Glied, vier Schritte vom Schwinggerüste. Sind sie erst gut eingeübt, so kann man näher treten lassen. Jeder steht vom Nachbar 4, höchstens 4½ Schuh entfernt. Man sieht auf Richtung und Haltung. Jede dieser Uebungen geschieht in zwey Bewegungen auf gegebene Zeichen; bey jeder besteht die erste Bewegung nur in raschem Aufschwung beyder Hände, die zweyte aber in Vollziehung des Befehls.

1. Aufschwung in den Sattel; (oben 5) Befehl: Setz auf! — Erstes Zeichen: der Lehrer hebt rasch die Hand und jeder schwingt rasch beyde Hände empor. — Zweytes Zeichen: der Lehrer senkt die Hand, und jeder schwingt sich in den Sattel, reitend.

2. Aufsprung im Sattel. (oben 4) Befehl: Steht auf. — Erstes Zeichen: (wie oben.) Jeder schwingt die Hände auf. Zweytes Zeichen: (wie oben) jeder setzt die Füße hinter die Hände, stark auswärts die Fußspitzen, und richtet sich auf.

3. Niederschweben in den Sattel. (Oben 4) Befehl: Setzt euch! — Erstes Zeichen (wie oben) jeder schwingt die Hände auf. — Zweytes Zeichen,

jeder stemmt die Hände vor den Füßen nieder und schwe unter Herabgleitung der Füße auf seinen Sitz hinab.

4. Herabschwingung vom Sattel. (Oben 5 Befehl: Setzt ab! — Erstes Zeichen: Handau schwung; zweytes Zeichen: Abschwung aus de Sattel zu Boden. — Jetzt treten die Turner durch ei Paar rückwärts gethane Schritte auf die erste Linie. — Richt euch!

5. Ueberspruug rechts! (Oben 6) Befehl: Rechts über! — Erstes Zeichen. Handaufschwung Zweytes Zeichen: Anlauf, Vor- und Ueberspruns wie oben angegeben worden. — Jenseit angelangt, wi sen die Turner schon von selbst, daß der Sprung rück gängig werden muß. Sie treten ein Paar Schritte z rück, wie oben, und ein Richt euch! — bringt s in Ordnung. Man kann nun denselben Sprung mi dem Befehl: Rechts über! oder mit der Abänderung Links über! machen lassen. — Wiederum treten di Turner in Linie.

6. Aufsprung stehend in den Sattel. (Oben 7 Befehl: Im Sattel steht! — Erstes Zeichen Handaufschwung. Zweytes Zeichen: Anlauf, Vor sprung und Aufsprung. — Jetzt stehen die Turner ne ben einander in Linie, mit den Füßen quer auf den Baume. Sie wissen von selbst schon, was zunächst ge schehen muß, um sich zu setzen, nämlich: Stellung hin ter einander. Man befehligt: Links — um! — je der macht nach bekannter Art die halbe Wendung, was gar keine Schwierigkeit hat, wenn schon im Wagehalten vorgeübt ist; nur müssen beym Aufsprunge die Füß nicht dicht zusammen, sondern handbreit von einander

gestellt werden. Ferner ist zu bemerken, daß der rechte Fuß hier merklich weniger gedreht wird, als der linke.

7. Niederschweben in den Sattel. (Ganz wie Turnübung 3).

8. Herabschwingung. (Ganz wie Turnübung 4).

Es lassen sich auf ganz gleiche Art mehrere Aufgaben der Schwinglunst anwenden, wie ich häufig gethan. Die Obigen sind vollkommen die anwendbarsten.

III. Der Gesellschaftssprung

ist eine Art des Schwingens, nämlich der Sprung über das ganze Pferd, angewandt zur Ueberspringung einer feststehenden Person. Diese, durch die Fortdauer ziemlich angreifende Uebung macht viel Vergnügen, befördert die Gewandtheit des Körpers, und erfordert selbst einigen Muth, wenn sie Sprünge erfordert, die über eine Höhe von 5 Fuß gehen.

Die Turner, welche ziemlich gleich groß seyn müssen, ordnen sich in eine Reihe hinter einander. Ein jeder stützt die Hände auf die Knie und nimmt folglich eine gekrümmte Stellung an. Blatt I. Zeichn. L. Die Ellenbogen werden angeschlossen und der Kopf wird stark auf die Brust gesenkt. Ist die Gesellschaft schon gut geübt, so bleibt der Kopf eines jeden von der folgenden Person nur einen, im entgegengesetzten Falle, um zwey Schritte entfernt. Die Uebung besteht darin, daß jeder, wenn die Reihe an ihn kömmt, mit gespreizten Beinen, über alle Personen nach und nach wegsetzt. Der hinterste macht den Anfang. Er stützt sich, indem er einen kleinen Vorsprung macht, mit beyden Händen sanft auf den Rücken seines Vormannes, und setzt mit gespreizten Beinen über ihn weg. So überspringt er nach

und nach die ganze Reihe, und stellt sich jetzt ans Ende derselben, um die Nachfolgenden über sich weg zu lassen u. s. w. Der Niedersprung geschiehet durchweg mit geschlossenen Füßen. —

Ist die Gesellschaft gut geübt und steht jeder nur einen starken Schritt von dem andern: so ist der Vorsprung nicht nöthig, sondern der Niedersprung dient sogleich zum Vorsprunge. Dann geht die Uebung schneller und mit weit mehr Gewandtheit von Statten.

Um sie zu einem höhern Grade zu treiben, fällt die gekrümmte Stellung nach und nach weg, und man springt über die völlig aufrecht stehende Person, Blatt I. Zeichn. M, doch ist dieß ohne einen Anlauf und Vorsprung nicht wohl thunlich, und die stehende Person muß den Kopf auf die Brust neigen. —

Man erlaube nicht, daß Große sich mit Kleinen üben, für jene ist's ohne Nutzen, und diese sind zum Widerhalt zu schwach. Sind die Personen noch nicht geübt: so stellt sich der Uebungslehrer an die Seite dessen, der übersprungen werden soll, und gibt dem Springer am Arme die nöthige Hülfe.

Der Sprung im Reifen, im Stricke und im Seile.

Künste wollen wir nicht machen, und stünden tausend Zuschauer vor den Schranken. Ueben laßt uns, was dem Lebensbaue (Organismus) des Körpers unschädlich, seine Gewandtheit und Schnelligkeit fördert, die Sinnenkraft spannt, die Besonnenheit übt. Sollte sich etwas Künstliches eindrängen, so suchen wir es nicht, setzen nichts darauf, doch stoßen wir es nicht zurück, wenn unser Zweck es selbst nothwendig herbeyführt und es nichts Naturwidriges enthält. Wollt ihr genau abgemessene Ordnung der Bewegung nach Zeit und Ort ein Kunstmachen nennen, so macht sie jedes Heer; ich sehe es dagegen nur in manchem andern, z. B. in den zu Haken gebogenen Fußspitzen, an denen der Seilschwinger Lopfmuren hängt; durchschneiden möchte ich das Seil ihm; denn er empört sich gegen den Lebensbau.

Obige Uebungen sind verwandt, weil bey allen ein, nach Zeitmaß geschwenkter und wiederkehrender, Körper unter den Füßen des Springers mit Schnelligkeit durchgeht. In ihrer einfachsten Gestalt waren sie längst ziemlich bekannt; aber wenig oder gar nicht in ihren mannigfaltigen Abänderungen, die sie zulassen. Nach meiner Meynung gehören sie zu den vorzüglichsten Uebungen. Es ist nicht bloß die naturgemäße

Bewegung des ganzen Körpers, so wie besonders die Anstrengung der untern und obern Glieder, wodurch sie wirksam werden; sondern ihr Haupt-Werth beruhet vorzüglich darin, daß sie nicht bloß Schnelligkeit, sondern scharf abgemessene Schnelligkeit und Gewandtheit erfordern; daß sie auf strenge Haltung des Zeitmaßes dringen, oder augenblicklich den dagegen begangenen Fehler strafen; daß sie den Blick schärfen, die Dreistigkeit erhöhen und eben dadurch für nicht seltene Fälle des Lebens abrichten; daß sie endlich die Aufmerksamkeit und das sinnliche Beobachtungsvermögen mit Strenge fesseln, und bey allen diesen Vortheilen weder gewaltsam, noch im mindesten gefährlich sind.

Die Gesellschaft des Turnplatzes ist im Alter verschieden; nicht überall können die Kleinern schon unternehmen, was die Größeren beginnen. Es ist daher nöthig, auch für sie lustige Uebungen zu haben, die sich ihrem Alter anpassen und welche sie, selbst ohne besondere Aufsicht, unternehmen können. Dahin gehören vorzüglich die einzelnen Bewegungen mit den Reifen und dem Stricke, und selbst die einfachern im Seil.

Bitten muß ich den Turnlehrer, folgende Anweisung sich nicht durch wiederholtes Lesen aneignen zu wollen; es geht nicht; sondern schnell neben der Anweisung gleich jede Aufgabe in der Wirklichkeit zu versuchen und es wird gehn.

I. Der Sprung im Reifen.

Diese Uebung ist die leichteste von allen, theils weil der Umschwung des Reifen weniger Schwierigkeit hat, theils weil mit ihm nur wenig Abänderungen gemacht werden können. Der Reifen darf nicht zu groß seyn. Stellt man ihn neben sich, so darf er kaum bis an das Gelenk des Schenkels reichen; er muß zwischen den Beinen durchgerollt werden kön-

nen, ohne sich stark zu klemmen. Seine beyden Enden Blatt IV. Zeichn. 12. sind schreg weggearbeitet, einen guten Fuß lang, oder noch mehr übereinander geschränkt und in zwey oder drey Stellen a, c, b mit Draht verbunden, der fest zusammengedreht wird. Dieser Schluß muß so vollkommen fest seyn, als wenn beyde Enden zusammengewachsen wären. Die Enden des Drahtes müssen umgelegt und zwischen beyde verbundenen Theile hineingetrieben werden, damit sie den Händen nicht schaden. Da diese letztern beym Gebrauche gewöhnlich den Schluß umfassen, so muß der Draht diese Griffstellen frey lassen. Alle scharfen Kanten werden dem Reifen genommen.

Im Allgemeinen besteht die Uebung darin, den Reifen, beym gleichzeitigen Aufspringen beyder Füße von dem Boden, unter sich wegzuschlagen. Dieß ist zu bekannt, als daß es nöthig wäre, mehr darüber zu sagen. Daraus lassen sich aber folgende Abänderungen oder Aufgaben bilden.

Vorübungen.

Die ersten Vorübungen sind oben S. 47. im Hüpfen und Anschlagen gegeben. Alle andern fallen mit den Aufgaben der Uebung selbst zusammen, indem sich diese von dem Leichtern zum Schwerern aufstufen. Sie sind:

1. Durchschlag des Reifen von vorn. Die Hände umfassen den Schluß des Reifen nur 3 bis 4 Zoll von einander. Der Schluß liegt unten, die Person sieht durch den Reifen. Stellung gerade; Brust heraus! Ohne von der Stelle zu gehn hüpft der Uebende mit beyden Füßen zugleich, unter steter Wiederholung, von dem Boden auf und schlägt bey jedem Aufsprunge den Reifen unter den Füßen durch über den Kopf weg u. s. w. Blatt I. Zeichn. R.

Die kleine Schwierigkeit, die hierbey obwaltet, liegt vorzüglich in der richtigen Handhabung des Reifen. Die Hände dürfen ihn nicht fest fassen, und man muß ihn nicht mit den Händen drehen wollen; sondern diese fassen nur ganz lose, so daß der Reifen freyen Spielraum behält; denn seine ganze Bewegung entsteht bloß durch Schwingung. Diese wird einzig bewirkt durch die Bewegung der Hände und Arme. Man reißt die Hände in einem ovalen Kreise dicht vor dem Leibe von unten herauf, vor den Augen schreg aufwärts hinaus, indeß der Reifen hinter dem Rücken und über den Kopf weg geht; dann sinken die Hände von jener Stelle in einem Bogen zurück vor den Unterleib, wobey sich der Reifen vor der Person gegen den Boden herab unter den Füßen wegschwingt. So erhält er nicht nur einen vollen Schwung, sondern Kopf und Füße bleiben völlig gesichert, und wenn der Reifen auch sehr eng wäre. Das Aufhüpfen geschiehet bloß vermittelst der Fußspitzen; diese Bewegung muß kaum hörbar seyn.

2. Durchschlag des Reifen von hinten oder rückwärts. Stellung und Bewegung der untern Glieder, ganz wie bey Nr. 1. Der Reifen geht vor dem Körper hinauf, über den Kopf hinter dem Rücken nieder, unter den Füßen weg und dann wieder vorn hinauf. Die Bewegung der Hände, um den Reifen im Schwunge zu erhalten, ist bey Nr. 1. angegeben, aber geschieht hier in entgegengesetzter Richtung. Die Hände halten den Reifen anfänglich hinabwärts gegen den Boden und sind vor dem Unterleibe; sie fahren von da unter ziemlicher Ausstreckung der Arme hinauf bis über die Augen, jetzt biegen sich die Arme zurück, die Hände reißen sich vor dem Gesichte und dicht vor dem Leibe hinab, indeß der Reifen hinter dem Rücken herab und unter

den Füßen weg geht. Diese Bewegung der Hände in einer eyrunden Linie, wobey die Arme einen freyen, dreisten Schwung nehmen, ist bey allen, auch folgenden Abänderungen dieser Uebung nöthig.

3. Durchschlag des Reifen im Laufen. Man halte, um diese kleine Fertigkeit zu erlernen, den Reifen nieder vor die Füße, man setze einen Fuß hindurch auf den Boden, hebe den andern sogleich auch; lasse den Reifen darunter weg gehen, schwinge ihn hinter dem Rücken hinauf, über sich weg wieder herab vor die Füße u. s. w. dieß ist die ganze kleine Kunst. Da im Traben in dem Augenblicke, wo der eine Fuß vorgreift, der andere auch gehoben werden kann, so ist der Durchschlag des Reifen in diesem Augenblicke möglich. Uebung wird das Uebrige lehren. Eine geringe Abänderung ist es, statt des Trabens, galloppirend zu laufen. Sehr leicht wird bey dieser Aufgabe, die selbst von ganz kleinen Knaben gelernt wird, der Anstand vernachlässigt.

4. Halber Durchschlag des Reifen, seitwärts. Der Knabe hält den Reifen, mit seitwärts ausgestrecktem Arme, in der Rechten fest, und schlägt ihn beym Aufsprunge unter den Füßen weg bis zur Höhe der Hüften hinauf, so daß er jetzt mitten im Reifen steht. Er hüpft von neuem auf, und schlägt ihn wieder zurück an den ersten Ort. Man wiederholt dieses mehrmals schnell hinter einander mit gutem Anstande. Diese Uebung ist für beyde Hände. Arm und Hand müssen stets mit vieler Festigkeit arbeiten.

5. Ganzer Durchschlag, seitwärts von unten. Diese Aufgabe ist die schönste von allen, die sich mit dem Reifen machen lassen. Der Turner hält den Reifen anfangs mit ausgestrecktem Arme hoch hinauf, wie Blatt I.

Zeichn. O darstellt, indeß der andere Arm dicht angeschlossen wird. Die Hand schlägt ihn unter den Füßen weg, geht unter Beugung des Armes an der Seite des Körpers herauf, und wieder hoch hinaus, bis zur vollen Ausstreckung des Armes. Wenn man diese Führung der Hand nicht beachtet, so wird man schwerlich mit dieser Aufgabe zu Stande kommen; denn der Reifen wird zu wenig Schwung erhalten, und dann sogleich in mancherley schiefen Richtungen wanken und anschlagen. Diese Uebung ist für die rechte und linke Hand.

6. Ganzer Durchschlag, seitwärts von oben. Diese Aufgabe ist schwieriger als alle vorhergehenden. Die Bewegung des Reifen ist der vorigen gerade entgegengesetzt, folglich auch die der Hand. Nur Uebung! —

Turnübung.

Ist eine oder die andere der obigen Aufgaben fertig eingeübt, so ordne der Turnlehrer die lustige Reihe von 12 bis 20 auf freyem Platze. Die Turner treten neben einander, zwey Schritt Raum zwischen Mann und Mann, in Linie. Der Reifen hält jeder in gesenkten Händen vor den Beinen. Die Befehligung kann diese seyn.

1. Zum Durchschlag von vorn wird befehliget:

Reifen — auf!

Bey dem Wort auf! heben alle den Reifen in die Lage wie das Bild Blatt I. Zeichn. R angibt. Sodann folgen die Worte:

Vorwärts — durch!

und die Bewegung erfolgt. Nach 10 bis 15 Durchschlagen wird befehligt: halt! Alle halten den Reifen bey Fuß.

2. Zum Durchschlag nach hinten. Da die Reifen schon bey Fuß sind, so ist nichts weiter nöthig, als die Befehligung:

Rückwärts — durch!

Um die Bewegung zu hemmen, erfolgt nach 10 bis 15 Durchschlägen: Halt!

3. Zum Durchschlag im Laufen. Ist Raum genug da, daß die ganze Linie vorwärts laufen kann, so wird befehligt:

Reifen — auf!
Vorwärts — Marsch! —

Ist aber zum Laufen in Linie kein Raum da; so wird nach dem Reifen — auf! weiter befehligt:

Rechts — um! —
Vorwärts — Marsch! —

Lustig springen sie fort, Mann hinter Mann. Der zu durchlaufende Kreis ist schon bekannt und führt auf den ersten Standpunkt zurück.

4. Zum Durchschlag seitwärts von unten. Ungleich schwieriger als zu den vorigen, wird man zu dieser Uebung eine Zahl Fertiger zusammen bringen. Hat man sie aber, so treten sie nach der Vollendung der vorigen Aufgabe 3 wieder in Linie, jedoch 3 Schritt von einander; oder wenn man lieber will, bleiben sie, so wie sie angekommen, Mann hinter Mann. Es wird befehligt:

Rechts!
Reifen — auf!

Auf das Wort auf läßt die linke Hand den Reifen los und die Rechte schwenkt ihn rasch seitwärts in die Höhe,

wie in Zeichn. O. Es ist sodann nichts mehr übrig, als die Befestigung:

Seitwärts — durch.

Da die letzte oder 6te Uebung gewöhnlich noch schwieriger einzuüben ist, als vorige, so beseitige man sie als Turnübung ganz, obige thun schon genug.

II. Der Sprung im Strick.

Diese Uebung schließt eine größere Mannichfaltigkeit von Bewegungen in sich, als man von einem so einfachen Dinge, wie ein Strick ist, erwarten sollte. Wir halten uns an einer Auswahl des zweckmäßigsten, an das was den Körper übt, ohne zur Einübung zu viele Zeit zu erfordern *). Das nöthige Werkzeug, der Strick, hat die Länge von einer Achsel unter den Füßen durch bis zur andern; er ist durchaus von gleicher Dicke, höchstens wie ein schwacher kleiner Finger. Stärker darf er auf keinem Turnplatze geduldet werden, weil er bey Fehl-Schwingungen sonst gewiß blaue Schwülen verursachen würde. Durch Klopfen wird er möglichst weich und biegsam gemacht; denn so steif, als man ihn beym Einkaufen erhält, ist er unbrauchbar.

Vorübungen.

Die Uebung besteht im Allgemeinen wiederum nur darin, den an seinen beyden Enden mit den Händen gefaßten Strick, bey jedem Aufsprunge unter den Füßen und über den Kopf wegzuschlagen; aber dieses sehr einfache und bekannte

*) In meiner Gymnastik sind noch einmal so viel Abänderungen angegeben; wer sie wünscht, kann sie dort finden.

Benehmen ist, wie gesagt, vieler Abwechselung fähig. Daher folgende Aufgaben.

1. Einfacher Durchschlag vorwärts. Die Stellung des Körpers gerade, wie bey der Uebung im Reifen. Man kann nicht genug darauf dringen, daß bey allen diesen und andern Uebungen, die Brust frey hervor getragen und die Füße gut gehalten werden; es würde unnöthig seyn, dieß immer wieder von neuem zu erinnern. Der einfache Durchschlag ist von allen der Leichteste. Der Turner faßt mit beyden Händen den Strick an seinen Enden, so daß der mittlere Theil, der in Gestalt eines Bogens herabhängt, weder zu kurz noch zu lang ist. Tritt man auf den Strick, läßt ihn auf beyden Seiten bis an die Hüfte hinauf gehen und faßt ihn da mit den Händen; so hat man gewöhnlich das bequemste Maß. Die ganze kleine Kunst besteht bekanntlich darin, den Strick so zu schwingen, daß er unter den Füßen weg, hinter dem Rücken hinauf, über den Kopf wieder herab, von neuem unter den Füßen weg geht, und dieß immer fort ohne Anstoß, so lange man Lust hat. Zum Anfange liegt der Strick hinter den Füßen, und indem man ihn über den Kopf herab schwingt, erhält er hinlänglichen Schwung, um die Arbeit zu beginnen. Die bequemste Haltung und Bewegung der Arme und Hände ist diese. Die Arme sind gebogen nah an den Seiten und haben nur wenig Bewegung, die Hände sind an beiden Seiten in der Höhe der Hüften, etwas nach vorn hinaus. Jede bewegt sich hier in einem kleinen Kreise von oben nach unten, um dem Stricke den gehörigen Umschwung zu geben. Ein Versuch gibt hierüber die beste Erklärung. Eine Darstellung ist in Blatt I. Zeichn. P. gegeben.

2. Einfacher Durchschlag rückwärts. Der Strick nimmt gerade die entgegengesetzte Bewegung. Er geht von den Füßen vorn herauf, über den Kopf hinter dem Rücken hinab, unter den Füßen weg u. s. w. immer fort. Folglich ist auch die Bewegung der Hände entgegengesetzt in einem Kreise von unten nach oben.

3. Einfacher Durchschlag vorwärts im Laufen. Es ist die Uebung oben 1. völlig; nur daß die Person dabey läuft, wie oben bey der Uebung mit dem Reifen 3. Dieses Laufen kann gerade wie beym Reifen, trabend oder galloppirend geschehn.

4. Einfacher, gerader und gekreuzter Durchschlag, vorwärts und rückwärts. Diese Uebung hat noch wenig Schwierigkeit. Der Strick wird beym ersten Aufsprunge unter den Füßen weggeschwungen, wie oben bey 1; aber beym zweiten Aufsprunge kreuzen sich die Arme; nämlich die linke Hand streckt sich nach der rechten, und die rechte Hand nach der linken Hüfte herüber, der Strick muß sich folglich in der Luft wenden, ehe er unter den Füßen durchgeht. Jene Art des Durchschlags heißt die gerade, diese die gekreuzte; beyde wechseln stets bey dieser Aufgabe. Hat man dieß erst vorwärts gelernt, so wird es auch rückwärts geübt. Beydes ist sehr leicht.

5. Wechselschlag oder Abwechselung mit einfachen geraden, mit gekreuzten und doppelten Durchschlägen. — Um diese Aufgabe, die eine der angenehmsten ist, ohne doch eben sonderlich schwierig zu seyn, lösen zu können, muß der Turner es erst gelernt haben, mit unter den Strick bey einem

Aufsprunge zweymal unter den Füßen wegzuschwingen. Kann er, nach den obigen Aufgaben, auch dieses; so wird ihm nichts mehr nöthig seyn, als den Takt einzuüben, oder eine gewisse Ordnung in die Folge der abwechselnden Durchschläge zu bringen, z. B. immer so zu verfahren, daß erst ein einfacher gerader Durchschlag gemacht werde, dann ein doppelter, und auf diesen ein gekreuzter folge; worauf die Reihe von neuem mit dem einfachen angeht. Diese, oder eine andere beliebige Reihenfolge der Durchschläge muß dann ununterbrochen und taktmäßig fort gehen.

6. Doppelschlag. Bey dieser Aufgabe geht der Strick, bey jedem Aufsprunge von dem Boden, zweymal unter den Füßen weg. Die Schwierigkeit liegt vorzüglich darin, dem Stricke einen so schnellen Umschwung zu geben, daß er vor jedem Niedersprunge zweymal durchgeht. Nur Uebung kann hier helfen.

7. Die Wendung, oder das Umdrehen. Diese Aufgabe, die an sich eben keine Schwierigkeit hat, besteht in der schnellen Umwandlung des einfachen Durchschlags von vorn in den von hinten, und so umgekehrt, ohne die Bewegung aufhören zu lassen. Wer sie nicht geübt hat, wird durchaus den Durchschlag von vorn erst hemmen müssen, wenn er den von hinten machen will, und so umgekehrt. Die Handgriffe sind hier folgende. a) Bey der Veränderung des Durchschlags von vorn in den von hinten wird der Strick, welcher so eben über den Kopf nach vorn herabgehen will, nicht unter den Füßen weggeschlagen, sondern an der rechten Seite der Person weg, nach hinten hinaufgeschwungen. In diesem Augenblicke drehet sich die Per-

sen um, und schwingt den Strick, wann er durch den Seitenschwung die größte Höhe erreicht hat, rückwärts über den Kopf hinab, und unter den Füßen weg, wodurch sie denn natürlich in den Durchschlag von hinten gebracht ist. b) Soll der Durchschlag von hinten in den entgegengesetzten verwandelt werden, so drehet sich die Person, indem der Strick von hinten her, unter den Füßen hervorkommt, und vorn aufsteigt, mit Schnelligkeit um, und schwingt den Strick aus jener Höhe vor sich nieder, unter den Füßen weg. Beydes muß erst langsam gelernet werden, ist dieß aber geschehen, so muß man es auch mit solcher Schnelligkeit mehrmals nach einander machen lernen, daß die Füße dabey nicht aus dem Takte des Aufsprungs kommen

Alle diese Uebungen sind schätzbar, weil sie den Körper nach Belieben stärker und schwächer bewegen, seine Gewandtheit und Schnelligkeit vermehren, dabey lustig und gefahrlos sind, und überall vorgenommen werden können. Schon kleine, sechsjährige Knaben lernen die leichtern Aufgaben, und gehn dann mit der Zeit von selbst zu den schwerern über, man darf sie ihnen nur angeben. Sehr viel gewinnen sie im Gewande der Turnübungen, im lustigen Vereine einer Reihe von Turnern durch Befehligung mehr geregelt. Wir gehen zu diesen über.

Turnübungen.

Schon dann, wenn die 3 ersten Aufgaben von einer Anzahl Turnern bis zur Fertigkeit geübt worden, kann der Turnlehrer mit diesen Uebungen beginnen, und nach und nach, so wie sie geläufig werden, die folgenden Aufgaben hinzufügen. Auch hier, so wie bey den Uebungen mit dem Reifen,

stellen sich die Turner in Linie. Da ihnen die Folge der Uebungen schon bekannt ist, so halten sie den Strick bey allen Aufgaben, die den Durchschlag von vorn erfordern, hinter sich herabhangend, und bey denen die ihn rückwärts erfordern, vor sich. Um kurz zu seyn, führe ich nur noch die Befehlsworte an.

Zu 1. Vorwärts! — durch!
— 2. Rückwärts! — durch!
— 3. Lauft! — — Vorwärts! — Marsch!
— 4. Gerade und gekreuzt! — —
— — — Vorwärts! — durch!
— — — Rückwärts! — durch!
— 5. Wechselschlag! — — Vorwärts! — durch!
— 6. Doppelschlag! — — Vorwärts! — durch!

III. Der Sprung im Seil.

Bey den bisherigen Uebungen war es die sich übende Person selbst, welche den Reifen und den Strick unter ihren Füßen durchschlug; bey den folgenden geschehen die Durchschläge des Gegenstandes von einem Andern; wenn dort der Takt der Bewegung bloß von dem Uebenden abhing, so muß er sich jetzt nach dem Zeitmaße richten, welches dem andern beliebt; dort war es bloß der Sinn des allgemeinen Gefühls, welcher das Zeitmaß der Bewegung anordnete, hier ist es zugleich das Auge und das Ohr, welches die Schwingungen bemerken muß, damit die Bewegung darnach abgemessen werde; dort war es immer nur ein einziger Gegenstand, der beym Aufhüpfen übersprungen werden mußte, hier sind es oft zweyerley; dort hatte der Uebende nur seine eigene Bewegung zu beobachten, hier nicht nur diese, sondern auch die eines Andern. Unleugbar sind folgende Uebun-

gen daher weit bildender und überdem trefflich abrichtend für den künftigen Wehrmann: ist der Fall, daß ein mit Schnelligkeit auf ihn gerichteter Gegenstand übersprungen werden muß, so selten? — —

Das nöthige Seil sey höchstens so stark als ein Mittelfinger und 24 Fuß lang. Man wählt einen ebenen, wo möglich schattigen Platz für diese Uebung. Hier befestiget man das eine Ende des Seils 3½ Fuß rheinl. vom Boden, an einem Baumstamme oder feststehenden Pfahle. Der Turnlehrer tritt etwa 14 F. davon abwärts und faßt das Seil so, daß es zwischen seiner Hand und dem Stamme einen Bogen bildet, der den Boden ziemlich nahe kommt, ohne ihn zu berühren. Mit leichter Mühe läßt sich dieser Bogen fortdauernd, nach Belieben geschwinder oder langsamer, durch die Luft herumschwenken, so daß die Sehne des Bogens zugleich zur Achse wird, um die er sich drehet. Bey einigen wenigen Uebungen kann das Seil kürzer gefaßt werden. Der Umschwung des Seils kann geschehen rechts oder links. Rechts ist er, wenn der Schwenkende seine Hand dabey rechts herum bewegt; links, im Gegentheil. Ist Blatt IV. Zeichn. 13, 1 der Platz des Turnlehrers, 2 der Pfahl, so bewegt sich das Seil rechts, wenn es sich von a nach b, von da oben weiter durch die Luft nach c und d herab schwingt und so wieder nahe an den Boden zwischen d und a gelangt; links aber, wenn es von a nach c u. s. w. schwingt. Der ganze Platz wird durch das Seil in zwey Abtheilungen getheilt. Rechts ist die, welche dem Schwenker zur Rechten, links, die ihm u. s. w. In das Seil treten oder springen, heißt, sich gehend oder springend auf die Stelle begeben, wo das herabhangende Seil dem Boden am nächsten ist, nämlich auf die Stelle a oder d. Vor das Seil treten heißt sich auf die Stelle c oder b begeben, vor welcher das ge-

schwenkte Seil durchgeht. In b steht man links, in c rechts vor dem Seile. Sehr trockene Bestimmungen; aber es ist nicht möglich, ohne sie das Folgende zu verstehen.

Durch jenen so einfachen Umschwung des Seils werden eine Menge von Uebungen veranlaßt. Um sie bequemer zu übersehen, ist es nöthig, sie zu ordnen.

Vorübungen. Die Reihe der Theilnehmer kann bey den folgenden Aufgaben 8 bis 10 seyn.

Erste Art. Einfache Uebungen im Seil.

a) Ruhige, oder im Stillstehn ausführbare.

1. Sprung im Seil. Die Person tritt auf d rechts ins Seil. Sie hat den Turnlehrer im Gesicht. Gerader, guter Anstand, wie schon oft erinnert. Die Hände sind in die Seite gestützt. So oft das rechts geschwenkte Seil sich ihren Füßen von c her nähert, hüpft sie leicht, von den Fußspitzen aufgeschnellt, vom Boden auf, um das Seil durchzulassen, und wiederholt dieß nach Belieben, so oft sie will. Kaum hörbar muß der jedesmalige Niedersprung seyn.

2. Hüpfsprung im Seil. Alles wie vorhin; aber die Person hält sich völlig gerade, selbst die Arme und Hände sind lang herab an die Seiten gedrückt. Die Knie werden wenig oder gar nicht gebogen, und dabey die Aufsprünge, bloß durch die Schnellkraft der Fußspitzen, so hoch als möglich gemacht.

3. Sprung im Seil mit Anschlagen der Füße. Alles wie bey 1. Nur daß im Aufhüpfen die Füße bey jedem Aufsprunge an das Gesäß geschlagen werden.

b) Mit Laufen und Springen verbundene.

4. Lauf durch das Seil. Der Umschwung geschieht rechts. Der Turner steht rechts vor dem Seile in c, so daß ihm das bewegte Seil nahe am Körper wegstreicht. Er soll durch das bewegte Seil weglaufen. Hierzu gehört ein wenig Augenmaß, Dreistigkeit, schnelle Entschlossenheit und sinnliche Aufmerksamkeit. Man wird nicht fehlen, wenn man dem Seile, das eben am Boden von c nach d wegstreichen will, schnell nachläuft. Jede Zögerung eines Augenblicks macht zum Gefangenen.

5. Der Sprung durch das Seil. Schwingung rechts. Die Turner stehn links bey b; er soll über das Seil wegsetzen, um wieder auf die rechte Seite zu kommen. Hierzu gehört noch ein wenig mehr Dreistigkeit. Er wartet genau den Augenblick ab, wo ihm das entgegenbewegte, und von dem Boden heraufsteigende Seil den Augen gleich hoch und am nächsten ist, dann wird ein rascher Sprung über das entgegenkommende Seil in dem Augenblicke gemacht, wo es dem Boden wiederum am nächsten ist. Nach und nach läßt man bey diesen Uebungen 4 und 5 der Anfänger vor das Seil Mann hinter Mann treten und hält sie an, daß bey jedem Umschwunge Einer durchlauft oder springt.

Diese beyden Uebungen werden dadurch beträchtlich schwieriger, wenn die Personen ihren Standpunkt nicht dicht vor dem Seile, sondern 10 bis 15 Schritt davon entfernt nehmen. Das Seil ist in beständigem Umschwunge; jede muß schon in der Entfernung die Schwingungen beobachten, gewissermaßen berechnen, und die Schnelligkeit ihres Laufs, die Größe der Schritte darnach abmessen; denn kommt sie einen Augenblick zu früh

oder zu spät, so ist es unmöglich, durch das Seil weg zu kommen. Dabey ist es nicht erlaubt, den Lauf zu hemmen und etwa vor dem Seile den rechten Zeitpunkt abzuwarten, sondern man muß in einem Tone laufen. Auch hierin muß Uebung erlangt werden.

6. Der Sprung in das Seil und das Heraus-laufen. — Umschwung rechts. Die Person — eine nach der andern kann nur Theil haben — steht links vor dem Seile in b. In eben dem Augenblicke, wie bey 5, springt sie über das Seil, wie oben bey 1. — Nach wenigen Aufsprüngen lauft sie auf eben der Seite, von welcher sie kam, wiederum hinaus. Um dieß zu bewerkstelligen, zieht sie sich bey ihren Aufsprüngen, vorläufig ein wenig nach dieser Seite oder nach b hin, und in demselben Augenblicke, wo das Seil unter den Füßen durchgeht, läuft sie völlig auf derselben Seite hinaus. Ganz ähnlich aber schwieriger ist

7. der Augenblick im Seil. Indem das Seil sich rechts bewegt, nähert sich die Person von der linken Seite her demselben und steht in b so, daß sie von ihm fast berührt wird. In diesem Standpunkte nimmt sie des Augenblicks gewahr, in welchem das Seil, an dem Boden weg, ihr entgegen kommt; sie springt darüber und zieht sich in demselben Augenblicke auf das schnellste seitwärts auf ihren vorigen Platz. Dem Anfänger muß bey dieser Aufgabe das Seil ganz langsam umgeschwenkt werden.

Alle bisherigen Uebungen im Seil geschahen so, daß der Turner aus jedem Standpunkte, den er nahm, die Bewegung des Seils gerade vor sich sah. Stellt man ihn auf einen andern Standpunkt, namentlich

nach e links neben den Schwenker, so erhält er eine neue Erscheinung, für die sein voriges Augenmaß nicht mehr ausreicht; folgende Uebungen fand ich daher immer zur Steigerung der Gewandtheit nützlich und sehr anziehend für die Jugend.

8. Schreger Sprung durchs Seil. Der Lehrling steht in e nah beym Turnlehrer. Die Umschwingung ist rechts. Die Aufgabe ist: Man soll von e auf der punktirten Linie bis gegen a laufen — hier das Seil, welches von c her kömmt, mit einem schregen Sprunge im Nu überspringen, so daß man dadurch in d ist und in demselben Augenblicken von d nach f aus dem Seilschwunge herauskomme. Die Sache erfordert nichts, als scharfes Wahrnehmen und schnelle Entschlossenheit; sie wird bald, selbst von Kleineren, gelernt.

9. Schreger Lauf durchs Seil. Umschwenkung rechts. Die Person tritt auf g neben den Turnlehrer. Im Augenblicke, wo das Seil von c nach d geht, läuft sie ihm nach, in der Richtung der schregen Linie nach d, überspringt das, indeß wiederum angekommene Seil bey h und läuft augenblicklich nach i hinaus. — Diese Aufgabe ist nicht schwieriger als die vorige. Nach und nach stellt man die Fertigen hinter einander vor g oder e und übt sie nach einander hindurch zu springen, so daß langes Zaudern wegfällt und jeder Umschwung des Seiles seinen Mann durchläßt.

Zweyte Art: Uebungen im Seil, mit Nebenübungen verbunden.

Die Aufmerksamkeit der Jugend auf einen Gegenstand zu richten, ist eine bekannte Aufgabe der Unterrichtungskunst.

Das Leben will oft mehr; mehrere Gegenstände sollen und müssen scharf beachtet, und der Kopf soll darüber nicht verloren werden. Folgende Aufgaben zielen auf so etwas hin. Steigerung der Gewandtheit ist ihr Zweck.

1. Sprung im Seil mit Reifen oder Strick. Kurz berühre ich nur, daß sich die obigen Uebungen mit dem Reifen 1, 2 und 5, und mit dem Strick 1 (etwas schwieriger 2) 4, 5, 6 und selbst 7 mit dem Tanz im Seil verbinden lassen, wenn sie an sich zur völligen Fertigkeit gebracht worden. — Der Uebende stellt sich ins Seil rechts oder auf d und wendet das Gesicht gleichfalls rechts; das Seil schwenkt sich eben so; nur bey 2 des Stricks steht der Uebende mit dem Gesichte nach links gewandt. Auf diese Art geht die Bewegung des Reifen oder des Strickes stets mit dem Seile Einen Gang. Anfangs richtet sich der Turnlehrer mit dem Umschwenken des Seils nachgiebig in das Zeitmaß, welches der Anfänger den Schwenkungen seines Werkzeuges gibt, nur nach und nach verlangt er, daß man sich nach ihm richte.

2. Die Geldlese. — Der Turner, welcher den einfachen Tanz im Seile macht, ist verbunden, einige Geldstücke, die vor den Füßen am Boden liegen, aufzuheben, ohne sich von dem Seile fassen zu lassen. Umschwung rechts. Der Turner springt von b her ins Seil, bey a liegen die Geldstücke. —

3. Der Tuchwechsel. — Will man eine Aufgabe, welche viel Schnelligkeit, viel Gewandtheit und Besonnenheit erfordert, so ist es folgende: Man nimmt zwey Taschentücher, wickelt jedes für sich ganz locker zusam-

men, und legt das eine auf diese, das andere auf jene Seite des Seils an den Boden, ungefähr in die Gegend von b und c. Der Unternehmer steht links bey b, und der Turnlehrer schwenkt das Seil links. Dieser letztere zählt jeden Umschwung. Bey dem ersten nimmt jener das Tuch bey b auf, beym zweyten läuft er damit schnell durch das Seil und kommt folglich nach c. Hier legt er beym dritten Umschwunge das Tuch an den Boden, und nimmt dafür das andere auf; beym vierten springt er über das Seil zurück. Nun geht das Zählen von vorn an und der Uebende beginnt von neuem, nämlich er legt bey der Zahl 1 das Tuch in b nieder, läuft bey 2 durch, nimmt jenseits das Tuch auf bey 3, springt bey 4 damit über u. s. w. Anfängern wird diese Uebung schwer, sie sind entweder zu langsam, oder verlieren den Kopf. Aber eben darum ist es eine treffliche Aufgabe. Geübte brauchen nur 3 Umschwingungen statt jenen 4; sie springen nämlich bey dem dritten schon wieder zurück.

Turnübungen.

Von den obigen Uebungen im Seil sind mehrere, wenn sie zuvor sehr fertig eingeübt worden, vollkommen turnfähig und eine derselben läßt sich trefflich mit Ringstechen und mit Hieben verbinden, so daß hier 7 Turnübungen statt finden. Wollt ihr die fröhlichste Regsamkeit der Jugend, ein heiteres Aufstreben und Wagen, Schnelligkeit und Gewandtheit in unbedenklichen Aeußerungen sehn, so beobachtet die folgenden Uebungen. Sie gehören zu den besten des Platzes. Sie stufen sich so auf:

1. Kreislauf durchs Seil. Es ist die obige Uebung 4. Sie ist selbst ausführbar für achtjährige. Wenig-

stens 10, besser 15, 20 und mehr nehmen Theil. Alle treten links vor das Seil, Mann hinter Mann, der erste steht in b, die Uebrigen hinter diesem. Der Seilschwung geht links. Bey jedem Umschwung läuft ein Turner durch das Seil. So kömmt jeder nach c und läuft von hier in gemäßigten Trabe in einem Kreise um den Pfahl oder Baum 2. So kömmt jeder wieder in b an, um von neuem durch das Seil zu laufen. Auf diese Art entsteht ein Kreis von Laufenden, in welchem jeder von seinem Vormanne 2 Schritt entfernt bleibt. Im Beginn der Uebung hat der erste Durchläufer darauf zu sehen, daß er wieder bey b anlange, wenn se eben der letzte Turner durchgeht. Hiernach muß er die Größe der Bahn einrichten. Stillstehn in b vor dem Seile ist wider die Ordnung. Nirgend darf Stockung entstehn. Man setzt die Uebung fort nach Belieben und der Kraft der Laufenden. Sobald als diese Aufgabe ohne Stockung gemacht wird, kann man sie mit Tritthalten verbinden.

2. Einfacher Kreissprung durchs Seil. — Es ist die obige Uebung 5. Völlig unter derselbigen Einrichtung, wie bey voriger, treten hier die Turner auf die linke Seite, Mann hinter Mann, der vorderste auf b. — Seilschwung rechts. Er bewegt sich folglich den Füßen entgegen. Jeder Turner überspringt das Seil im Augenblicke, wann es dem Boden am nächsten ist. Alles Uebrige ist wie bey der vorigen Uebung. Im Sprunge, der kraftvoll, dabey aber mit Leichtigkeit, vollführt wird, erscheint der Oberleib senkrecht mit hervorstehender Brust. Es ist, als schwebe die ganze Reihe ohne alle Anstrengung durch die Luft über das Seil; der Niedersprung ist kaum hörbar. Auf den Zuruf: Hochgesprungen! läßt der Schwenker das Seil höher gehen bis fast 2 F. vom Boden.

3. Der Zwillings- und Drillingssprung durchs Seil. Die Bewegung des Seils und die Sprungart ist ganz wie bey der vorigen Uebung. Sobald als diese von einer beträchtlichen Anzahl völlig eingeübt ist, läßt der Turnlehrer die Fertigen vor dem Seile erst Paarweise aufstellen und den Durchsprung versuchen. Es gelingt sehr bald. Jetzt treten je drey und drey Turner Hand in Hand zusammen, ja man kann, wenn das Seil lang genug gefaßt und im gestreckteren Bogen geschwenkt wird, bis zu vier gehn. In dieser gesellschaftlichen Form wird die Uebung ungemein anziehend und belustigend. Wie gut ist's überdem die Jugend zum Verein, zum gemeinschaftlichen Handeln in pünktlicher Uebereinstimmung zu gewöhnen. So will es der Schutzgeist des Vaterlandes. Mit welchen Schmerzen sah ich's einst so ganz entgegengesetzt!!

Bemerken muß ich hier noch, daß es dem Turnlehrer nie glücken kann, diesen gesellschaftlichen Durchsprung in Gang zu setzen, wenn er nicht, indem er das Seil in vorläufigen Umschwung versetzt, durch Befehligung zu Hülfe kömmt und durch ein Abzählen: Eins! Zwey! Drey! oder Vorwärts — Marsch! das mit dem Augenblicke des Durchsprungs richtig zusammenfällt, dem ersten Gliede den Augenblick ankündigt, wo es vereint durchzuspringen habe. Die folgenden Glieder sind aber von selbst durch den Schwung des Seils gebunden, denn bey jedem Umschwunge muß ein Glied durch. Nur versucht, und alles geht. —

Ferner: Weniger als 12 Glieder können diese Uebung nicht machen; denn sie müßten zu viel laufen, um in den Standpunkt des Durchsprungs zurück zu kommen; trefflich ausführbar ist sie mit 16 und mehrern Gliedern.

Endlich: Es hält nicht schwer, alle zum Tritthalten zu bringen; und wenigstens muß der Niedersprung aller 6 bis 8 Füße jedes Gliedes vereint bleiben.

4. Der Turnkreis oder Doppelkreis im Seil bringt die beyden übrigen Uebungen zugleich in Ausführung, indem durch ein und dasselbe Seil sich 2 Turnerkreise bewegen, deren einer das Seil überspringt, der andere durchläuft und zwar so: In Zeichn. Blatt IV. 14. ist, wie schon bekannt, zwischen 1 und 2 das Seil in seiner weitesten Schwingung links und rechts oder nach b und c hinaus vorgestellt. Die Bewegung desselben geschiehet rechts. Von b nach x hinaus stehen die geübtesten Turner. Ist das Seil in Bewegung gesetzt, so überspringt einer nach dem andern das Seil in a und alle bewegen sich im Kreise a, d, e, f wiederum nach b. Hier muß der Vormann ankommen im Augenblicke, wenn der letzte über das Seil springt. Zugleich steht von c nach y eine zweyte Turnerreihe, man nimmt dazu die weniger im Ueberspringen Geübten. Diese laufen den vorigen in entgegengesetzter Richtung durch das Seil, und bilden den Kreis a, g, h, i, der sie wieder in die Gegend von c führt. Ich habe es immer am bequemsten gefunden, die Springenden b x anfangen und ihren Kreis regelmäßig bilden zu lassen. Ist dieser im Gange, dann setzt ein Marsch! die Läufer c y in Bewegung.

Ein lustigeres Geschwirr, als diese Uebung veranlaßt, ist schwerlich auf dem Turnplatze zu finden. Unaufhörlich scheint es, als müßten die Personen vom Seile gefangen oder dieses gehemmt werden, und dennoch hat, wenn die Gesellschaft gehörig eingeübt ist, alles seinen leichten ungehinderten Fortgang. Ja man kann die Uebung, ohne sonderliche Schwierigkeit zu finden, selbst mit Tritthaltung ausführen.

5. Das Ringrennen. Eine Auswahl von 12, 18 und mehrern Turnern, die zum Kreissprunge über das Seil völlig eingeübt sind, so daß keiner von ihnen scheu wird vor dem bewegten Seile, unternimmt ein Ringrennen. Man sieht augenblicklich von selbst, in wie fern diese Uebung abweicht von dem oben beym Hochsprunge angeführten Ringstechen. Dort übersprang man nur die ruhige Schnur, hier das immerfort schwebende Seil, welches den Augenblick des Uebersprungs und Stichs nach dem Ringe haarscharf bestimmt. Die hier zum Grunde liegende Uebung ist so eben Vorübung 5 und Turnübung 2 genau angegeben; es bleibt daher hier nichts übrig, als zu bemerken, daß der schon oben beschriebene Ringpfeiler hier wiederum benutzt wird, und daß in diesem Falle der Turnlehrer, welcher das Seil bewegt, sich mit seiner Stellung nach dem Pfeiler zu richten hat. Die Stelle des Pfeilers ist zum Stechen bequem in z (Blatt IV Zeichn. 14.) d. i. nicht ganz in der Mitte zwischen 1 und 2, sondern mehr an 1, und 3 bis 4 Schuhe vom Seile, wenn dieß ruhig hängt, entfernt. Schwerlich möchte der Ringler einen neuen Ring immer so schnell, als für den nächstkommenden Turner nöthig wäre, aufzuhängen im Stande seyn. Indeß was thuts? besser, daß einem der Ring fehle, als die Uebung zu hemmen.

6. Der Hiebsprung oder Kreissprung mit Säbelhiebe. Vor den Ringpfeiler setzt man die, aus einem anderthalb Zoll starken Brett geschnittene Gestalt, den Hiebträger, Blatt IV. Zeichn. 15. Sie ist 7 Fuß rhnl. hoch, und hat auf jeder Seite 3 Einschnitte, Hiebe, wodurch 3 Terz- und 3 Quarthiebe bezeichnet werden. Diese Ausschnitte der Hiebe können 2 Zoll breit und 3 Zoll tief seyn. Neben jedem Hiebe und dicht am Rande der Gestalt sind

kleine Klammern von starkem Draht eingeschlagen. An dem Nagel a ist eine Schnur befestigt, welche sowohl auf der einen als andern Seite durch alle diese Klammern und folglich auch über alle 6 Hiebe geht. Unten vereinigt sie sich bey b. Um sie mäßig straff zu spannen, wird hier ein Gewicht von etwa einem Pfunde angebracht und etwas tiefer bey c eine runde Schelle. Man stelle den Hiebträger vor dem Ringpfeiler unerschütterlich fest. Dieß kann geschehen, indem man den Fuß in den Boden etwas eingräbt und durch die Brust über d oder durch die Mitte des Kopfes eine starke Holzschraube in den Arm des Ringpfeilers treten läßt. Ich bemerke noch, daß die hier gezeichnete Seite die hintere ist, die dem Ringpfeiler zugewandt wird und sich gerade an das Ende des Armes lehnt, wo sie an dessen Ende fest angeschraubt wird.

Blatt I, Zeichn. Q, gibt eine anschauliche Darstellung. Man sieht den Schwenker, den Springenden mit dem Säbel über dem Seile schwebend und begriffen im Hiebe. Trifft er richtig in den zum Hiebe für jetzt bestimmten Einschnitt, so wird der Säbel die Schnur treffen und die Schelle das Zeichen geben. Der Ringpfeiler ist durch den Hiebträger verdeckt.

Jeder Turner hat für seinen Säbel von festem zähen Holze zu sorgen. Kein anderer Hieb darf gehauen werden, als der für jetzt festgesetzte. Sie sind: Ober- Mittel- und Unter-Vier auf der linken; und Ober- Mittel- und Unter-Drey auf der rechten Seite des Hiebträgers. Kein Hieb ist gültig, als der noch im vollen Schweben des Turners gethane. Die Anordnung der Uebung ist völlig wie beym einfachen Kreissprunge. (s. Turnübung. 2.)

7. Schreger Kreissprung durchs Seil. Dieß ist die obige Vorübung 3. Jeder Turner, — es können gleichfalls eine Menge gleichzeitig daran Theil nehmen — der nach vollendetem Sprunge in f oder i (Blatt IV. Zeichn. 13) aus dem Seilschwunge heraus ist, läuft im Kreise zu seinem ersten Standpunkte e oder g zurück. Auch diese Aufgabe übt Schnelligkeit, Gewandtheit und sinnliche Aufmerksamkeit auf eine sehr lustige Art.

Ich bemerke noch, daß dieser schrege Kreislauf auch im Doppelkreise durchgeführt werden kann. In diesem Falle stehen 12 und mehrere Turner in jeder Reihe. Die eine Reihe hat ihren Vormann in e, die andern in g. Aus diesen Standpunkten läuft immer ein Paar zugleich ab. In der Mitte bey a und d kommen sie nah an einander, und jeder entfernt sich auf seiner Seite nach f und nach i hin aus dem Seile.

Das Waghalten *).

Das Waghalten spielt in der Geister- und Körperwelt eine höchst wichtige Rolle. Wollte ich mit Worten spielen, so würde ich hinauf weisen in den Weltraum, wo Welten die Wage sich halten, oder tief hinab auf den Mann, der das Wagegehn schlecht verstand. Doch nein! Gewiß ist es aber, daß allen unsern körperlichen Bewegungen ein Waghalten zum Grunde liegt. Ohne dasselbe ist kein Mensch gewandt, ohne

*) Die Wage (Waage) die Woge, der Wagen und das Wagen auf gut Glück, alle diese Wörter sind eines Stammes. Ihr Grundbegriff ist ein ungewisses Schwanken, ein Wanken hier hin und dort hin. Ich glaube bey obigem Worte nichts zu wagen, balanciren wollen wir als Deutsche nicht, jenes Wort ersetzt völlig dieses fremde. Waghalten heißt überhaupt im Gleichgewicht halten, so wohl sich selbst als einen fremden Körper; wagegehn auf schmaler Fläche unter Haltung des Gleichgewichtes fortschreiten und wagstehn dasselbe thun im Stillstehn. Man leite letzte beyden Wörter, wie man will, zunächst ab von der Wage zum Wägen oder von dem Wagen auf gut Glück. Beydes ist treffend, bey letzterer Ableitung tritt noch ein sehr entsprechender Nebenbegriff hinzu.

dasselbe können wir weder gehn, noch stehn, selbst nicht auf dem breiten Erdboden. Wie durch Uebung die Fertigkeit des Waghaltens bis zum Unglaublichen gebracht werden könne, lehren uns Künstler, die daraus den Zweck ihres Lebens machen. Wir danken für einen solchen Zweck. Aber die Noth des Lebens, vorzüglich die Noth des kriegerischen Hinausziehens, bringt uns nicht selten auf schmale, schrosse Pfade und auf Stege, die der Ungewandte zu gehn nicht wagt und nicht wagen darf, weil er, sich seiner Schwäche bewußt, so leicht in Schwindel verfällt. Darum laßt uns unsere vernünftige Kunst darauf anlegen, in solchen Lagen das Zittern der Muskeln und Glieder, wie es der Furchtsame zeigt, zu verlernen oder vielmehr gar nicht Platz nehmen zu lassen; laßt die Jugend eine feste, bestimmte Haltung des Körpers gewinnen, Muth und Besonnenheit üben, Gewandtheit und Biegsamkeit des Körpers vergrößern.

Alles Waghalten bezieht sich entweder auf unsern eigenen Körper, oder auf fremde Körper, die wir im Gleichgewicht halten, um ihr Fallen zu verhüten. So entstehen zwey Hauptarten der Uebung. Zwar ist die erste weit wichtiger als die zweyte, wegen ihrer häufigen Anwendbarkeit im Leben, aber auch die zweyte zeichnet sich als reine Körperübung dadurch aus, daß sie fast mehr als jene zur Gewandtheit, Schnelligkeit und Biegsamkeit des Körpers beyträgt. Ganz vorzüglich ist sie der ländlichen Jugend zu empfehlen, welche durch frühes Arbeiten leicht unbeholfen und plump wird.

Die erste Art des Waghaltens geschieht entweder im Stillstehn oder im Fortgehn, jenes nennen wir Wagstehn, dieses Wagegehn.

A. Das Waghalten des eigenen Körpers.

I. Uebungen auf dem Wagebaume.

Vorübungen.

1. Das Wagstehn ist die erste Vorübung, die mit mit vielem Nutzen schon mit 6jährigen Kleinen vorgenommen werden kann. Man übt sie erst ohne alle Befehligung in den folgenden Aufgaben a bis o und macht ihnen vor, was sie thun sollen. Sobald sie Fertigkeit erhalten, gibt man jenen Aufgaben die Turnform, in der sie hier sogleich aufgestellt worden, um Wiederholung zu vermeiden. Sie treten in eine Reihe, einen Schritt entfernt von einander. Auf Befehligung von Seiten des Turnlehrers werden folgende Uebungen auf Einem Beine stehend vorgenommen:

a. Rechtes Bein — auf! Durch Beugung des Knies hebt sich das Bein, so daß es neben dem linken Knie wagrecht erscheint.

b. Gestreckt — vorn! — der Fuß wird weit vorn hinaus gestreckt, als wenn ein Schritt gethan werden sollte.

c. Gestreckt — hinten! Rasch wird der Fuß zurückgezogen und nach hinten hinaus gestreckt.

d. Gestreckt — rechts! Es wird seitwärts ausgestreckt rechts.

e. Gestreckt — links! Der Fuß wird rasch vor dem linken Bein weggeschwenkt und links hin gestreckt.

f. Vorn aufs Knie!

g. Ins Knie — Gelenk! Im ersten Falle wird das Bein so geschwenkt, das es dicht über dem Knie des linken Beines quer liegt; im zweyten liegt es hinten im Kniegelenke des linken Beines.

h. Faßt die Ferse rechts, — vorn!

i. — — — — hinten! Im ersten Falle wird der Absatz mit der rechten Hand von vorn ergriffen; im zweyten von hinten.

k. Faßt die Ferse links — hinten!

l. — — — — vorn! Im ersten Falle wird der Absatz mit der linken Hand von hinten, im zweyten von vorn ergriffen.

m. Ans Kinn — den Fuß! Der Fuß wird mit beyden Händen oder, wenn schon Fertigkeit erlangt ist, bloß mit der rechten Hand ergriffen und unter Neigung des Kopfes ans Kinn gebracht.

n. Setzt euch! Das rechte Bein wird soviel als möglich wagrecht vorn hinaus gestreckt, auch beyde Arme und Hände strecken sich nach vorn hinaus, der Körper wird stark vorgebogen, indem sich das linke Knie gemächlich beugt, bis man am Boden zu sitzen kömmt. Man sehe Blatt II. Zeichn. A.

o. Steht — auf! Die ganze Haltung des Körpers und der Glieder genau wie bey voriger Aufgabe; das Gewicht des ganzen Körpers wird auf den linken Fuß gelegt und man steht auf demselben auf, gerade wie man sich gesetzt. Bey beyden Uebungen dürfen die Hände den Boden gar nicht, und der rechte Fuß darf ihn nur dann erst berühren, wenn man schon sitzt, und beym Aufstehn sogleich nicht mehr, wenn man den Sitz verläßt.

Die ersten Versuche werden zur Erleichterung der Ausführung auf einer etwas abhängigen Stelle des Bodens gemacht, in der Folge ist dieß nicht mehr nöthig. Beyde Uebungen dürfen nicht mit Uebereilung gemacht werden, man darf nicht niederfallen oder aufstoßen.

Obige Uebungen sind nicht zum bloßen Lesen; in der That eine erbärmliche Leserey! Man führe sie aus, in eigener Person aus und dann wird man schnell begreifen, wozu sie gut sind. — Sie werden bald mit dem rechten Beine gemacht, wie oben, bald mit dem linken. Hiernach leidet die Befehligung eine kleine Abänderung, die sich von selbst versteht. Jeder Turnlehrer wird diese Aufgaben leicht mit neuen vermehren, es war genug, hier nur den Haupttheil anzugeben. Man hat darauf zu sehen, daß die Bewegungen rasch und schnellkräftig geschehen. —

Nach meiner Meinung gehören diese Uebungen, wo von Waghalten und von Gelenkigkeit die Rede ist, für die frühere Jugend zu den zweckmäßigsten; gerade die frühere von 6 — 7 — 14 Jahre bedarf schon darum mancher besondern, für sie berechneten Uebungen, weil so manche andere für sie noch nicht anwendbar ist.

2. Das Wagstehn auf einem Pfahl. Pfähle sind in den Boden geschlagen, sie ragen nur einen Schuh hoch hervor und keiner soll mehr als 3 Zoll im Durchmesser am obern Endes haben. Auf einem Fuße stehend wird auf ihnen das Gleichgewicht um die Wette geübt.

3. Das Wagegehn auf dem Ruhbaume. — Ein am Boden liegender, unbehauener, nur geschälter Fichtenstamm, zwar möglichst lang, aber am dicksten Ende nicht über 8 Zoll stark, dient zur Uebung. Auf ihm werden die

Uebungen b bis h des Wagbaums vorgenommen (siehe weiter hier die Uebungen unter 5), ehe man sie auf dem hochliegenden und schwankenden Wagbaume unternimmt. Man sehe nur auf guten Anstand, besonders auf gehörige Streckung der Knie und Wendung der Fußspitzen nach außen. Auch diese beyden Uebungen 2 und 3 sind schon für die frühere Jugend.

4. Das Wagegehn auf der Kante eines Brettes. In der Folge geht man zu einem etwa 1/4 Fuß langen Brette, das auf der hohen Kante am Boden befestigt ist. Die obere Kante, auf welcher gegangen werden soll, ist noch keinen Fuß hoch vom Boden entfernt; niemand kann folglich durch Fallen beschädigt werden. Hier versucht man es, sich, auf einem Fuße stehend, im Gleichgewichte zu erhalten. Mehrere treten zugleich auf; es gilt um die Wette und zwar bald auf diesem, bald auf jenem Fuße. Die zweyte Uebung ist das Waggehn auf dieser schmalen Fläche. Es muß durchaus nicht übereilt und im Laufen geschehen, sondern, langsam mit gesetzter Haltung des ganzen Körpers. Die Füße müssen stark auswärts gesetzt werden.

Hauptübung.

5. Das Waghalten auf dem Wagbaume. — Ein unentbehrliches Rüstzeug des Turnplatzes ist der Wagbaum. Blatt II. Zeichn. B. Die Hauptsache davon ist ein wagrecht liegender, ganz runder, geschälter Fichtenstamm a b von etwa 58 Fuß rheinl. Länge und darüber. In dem, stark im Boden befestigten Pfeiler c ist sein dickes, als Zapfen zugehauenes Ende befestiget, so daß es, vermöge der durchgebohrten Löcher, und eines hindurchgehenden eisernen oder hölzernen Nagels, höher und niedriger gestellt werden kann.

Das Gestell d, welches ebenfalls im Boden festgerammt ist, unterstützt ihn nach seiner Mitte hinwärts, und auch hier kann der Baum, so wie in dem Pfeiler c, höher und niedriger gestellt werden. Aber von d nach b hin, bleibt er 32 Fuß hinaus ohne Stütze und ist schwankend. Seine oberste Fläche liegt gewöhnlich 3 Fuß hoch vom Boden. Alles übrige lehrt die Zeichnung, die nach dem hinzugefügten Maßstabe entworfen ist, auf den ersten Blick. Gerade so ist der Wagebaum auf dem Platze des Verfassers. Will man ihn weniger schwankend haben, so setze man das Gestell d weiter nach b hin, etwa gerade unter die Mitte des Baumes. Den Baum auf seiner obern Fläche platt zu arbeiten, ist wider alle Turnordnung; höchstens sey die Spitze bey b einen Fuß lang platt.

Die Uebungen auf dem Wagebaume stufen sich so auf:

a) Der Leitgang oder Versuch. Die ersten Anfänger von 6 bis 7 Jahren werden von dem Turnlehrer einige Mal an der Hand über den Baum geführt. Die Füße müssen dabey auswärts gesetzt, die Knie gestreckt werden, und man sieht auf guten, geraden Anstand des Körpers. Die Kleinen gewöhnen sich bald an diesen schmalen und am Ende schwankenden Weg; sie fassen nach und nach mehr Muth, und lernen Haltung des Gleichgewichts. Um sie im geschickten Herabspringen zu üben, läßt man sie anfangs, verabredet, herabspringen, nach und nach gibt man ihnen mit der Hand unvermuthet einen gelinden Zug, so daß sie genöthiget werden, ganz unverhofft, herunter zu springen. Alles dieß unter der leitenden Hand des Führers. Er wird diese Leitung nach und nach vermindern; wenn er anfangs den ganzen Arm des Gehenden fest faßte, so wird er ihn endlich nur noch an einer Fingerspitze fort-

führen, und zuletzt nur noch die Hand dem Gehenden bloß vorhalten.

b) Der Freygang, Blatt II. Zeichn. V. 1. geschiehet ohne Leitung des Turnlehrers, doch wird er den Gehenden anfangs immer noch zur Seite bleiben, seine Körperhaltung und die Setzung seiner Füße beobachten, und im nöthigen Falle ihm helfen.

c) Erschwerter Freygang. — Hat er endlich eine vollkommene Fertigkeit erlangt, nicht bloß muthig und voll Anstand über den Balken zu gehn; sondern auch mit völliger Sicherheit, in jeder Lage bey verlornem Gleichgewicht herabzuspringen, ohne zu fallen: so erschwert man ihm das Gehen, indem man ihm Hindernisse, z. E. Steine auf den Baum legt, bald zum Ueberschreiten, bald zum Aufheben; oder ihm eine Ruthe bis zur Höhe der Knie vorhält, Blatt II. V. 2, über die er schreiten muß. Schwieriger wird ferner das Wagegehn dadurch, daß die Arme, welche bisher zum Waghalten links und rechts ausgestreckt wurden, ruhig vor der Brust übereinander gelegt werden.

d) Rückkehr. — Bis jetzt wurde immer nur noch von a bis zur Spitze b gegangen und dort herabgesprungen. Nach und nach hält man den Gehenden an, sich auf der Spitze umzudrehen und nach a zurückzugehn. Es versteht sich, daß man ihn vorher mehrmals auf den dickern Stellen des Baums hat umdrehen lassen.

e) Krebsgang. — Das Gehen ist nun bis zur vollkommenen Sicherheit gelernt, es kostet keine Schwierigkeit mehr, aber der Lehrer sorgt für eine neue: er läßt rücklings gehen. Diese Aufgabe ist nicht so schwierig, als sie scheint, so bald man nur in den obigen Auf-

gaben Sicherheit erlangt hat. Die Füße finden rückwärts gesetzt, sehr leicht ihre richtigen Stellungen und in allem Uebrigen liegt nichts Schwieriges.

f) Das Ausweichen. — Zwey Turner begegnen sich auf dem Baume. Sie fassen sich beyde an den Armen fest, und rücken Brust an Brust nahe an einander. Jeder setzt den rechten Fuß voraus, dicht an den des Gesellschafters, quer auf den Balken. Jeder steht folglich in der fünften Fußstellung (Position.) Man sehe Blatt II. Zeichn. B. 3. Sie zählen 1, 2, 3! gleichsam zum Befehl ab, und walzen sich beym Wort drey! gleichzeitig um einander herum, indem jeder mit seinem linken Fuße einen Schritt um den rechten des Gegners macht, wie die beyden Turner Zeichn. B. 4. schon gethan. Aus dieser Stellung setzt sodann jeder den rechten Fuß hinter den linken zurück, und die ganze Wendung ist fertig. Die beyden Turner 5 drehen sich links um und haben die Wendung vollendet bis auf das Zurücksetzen des linken Fußes. — Die ganze Sache muß mit Ruhe ausgeführt werden.

g) Das Setzen und Aufstehen mit beyden Händen ist völlig dieselbe Uebung, die beym Schwingen als Vorübung 4 beschrieben ist. Man sehe Blatt I. Zeichn. K. 2. Auf dem ruhenden Theile des Wagbaums kömmt sie daher hier nicht als besondere Aufgabe vor, sondern nur als Nebensache, um aus dem Sitzen zum Stehen zu kommen. Auf dem schwankenden Theile aber wird sie eine echte Aufgabe des Waghaltens, und nach und nach rückt man damit vor bis zur Spitze. Hier hat sie viel Schwierigkeit. An diese Aufgabe reihet sich unmittelbar das Setzen und Aufstehn auf einem Beine.

Blatt II. B. 7. Das Benehmen ist ganz das oben bey Vorübung 1. Aufgabe 13 und 14 beschriebene. Die Hände dürfen den Wagbaum gar nicht berühren. Man gebraucht bald das rechte, bald das linke Bein. Auf der Spitze des Balkens gehört zur Ausführung vollkommen ruhige Haltung des Körpers. Auch ist es nöthig, daß der Turnlehrer zur linken des Turners stehe, wenn dieser links aufstehen will, um Hülfe gegen Fall zu bieten, und zur rechten, wenn rechts aufgestanden werden soll.

b) Der Fußkuß. Es ist nicht schwer, auf der dicken Hälfte des Baumes oder da, wo sein Schwanken gering ist, mit Hülfe der Hände den einen Fuß so hoch zu heben, daß man, unter helfender Beugung des Körpers, die Stirn mit der Fußspitze berührt, wie Blatt II. Zeichn. B. 8. Ist dieß erst gelernt, so versuche man es auf der schwankenden Spitze des Baumes. Die Schwierigkeit ist hier beträchtlich. Der Fuß tritt dabey so auf den Balken, daß er mit ihm in gleicher Richtung steht. Man wartet, bis alle Schwankung aufgehört hat. Man hebt den Fuß langsam, ruhig und beugt sich nieder, immer streng aufmerksam auf das Gleichgewicht. Man ergreift ihn schnell, aber ohne viel Bewegung zu machen, und führt ihn zur Stirn. Diese Aufgabe erfordert es, daß man nach der Berührung der Stirn und Niedersetzung des Fußes ruhig auf dem Balken stehen bleibe.

Vorsichtsregeln: 1) Es ist nothwendig, beym Gehen auf dem Wagbaume die Füße stark auswärts zu setzen, so daß sie mehr quer auf demselben stehn, als in gerader Richtung mit ihm. Man ist dadurch weit we-

niger in Gefahr, mit den Füßen auszugleiten. 2) Da bey sehr trocknem Wetter die Oberfläche des Baums gewöhnlich gar zu glatt ist, so muß man die Schuhsohlen durch Scharren auf einer nassen Stelle des Erdbodens anfeuchten. 3) Die Natur dieser Uebung lehrt es schon, daß sie keineswegs mit Gewaltsamkeit und kecker Raschheit, sondern vielmehr nur mit Geduld und Behutsamkeit durchzusetzen sey. Kein wildes Benehmen ist hier zu dulden; schwankt der Baum zu sehr, so muß man ihn erst ruhig werden lassen, ehe man fortsetzt, was man beginnt. 4) Der Boden um den Wagebaum sey Sand. 5) Der Turnlehrer stehe dem Anfänger irgend einer Aufgabe zur Seite, um ihm Hülfe zu geben. 6) Alles muthwillige Bewegen des Baums wird nicht gestattet.

Turnübungen.

In die Form der meisten übrigen Turnübungen fügt sich das Waghalten nicht sonderlich. Was sich auf dem Turnplatze selbst ihr abgewinnen läßt, ist:

1. Das Wagstehn, Oben Vorübung 1 in Turnform. —
2. Der Wagekampf oder die Abgewinnung des Gleichgewichts. Man muß mit Dreistigkeit seine Stelle auf einer schmalen Fläche zu behaupten wissen. Zwey Turner begegnen sich auf dem Baume, beyde legen es darauf an, sich gegenseitig herabzustoßen; jeder will den Platz allein behaupten. Sie treten gegen einander in die fünfte Fußstellung (man sehe die Zeichnung B. 6.) und fechten mit den Händen und Armen, um sich einen Schlag oder Stoß beyzubringen, wodurch das Gleichgewicht verloren geht. Die ganze gegenseitige Bewegung geht bloß auf Hände, Arme und Schultern.

Sie lernen bald einige Vortheile bey diesem kleinen Kampfe. Z. B. schlägt der eine Turner, den wir A nennen wollen, so weicht B aus. Dadurch kommt jener schon ein wenig aus dem Gleichgewicht; kann B sogleich hinterher noch einen Schlag nachgeben, so ist jener genöthiget, herabzuspringen. Die Schläge sind nie stark, sondern mehr drückend und stets mit steifem Arme.

3. Allgemeiner Uebergang. — Ein gemeinschaftliches Ueberschreiten des Wagebaums. Mann hinter Mann unter 2 Schritt Entfernung von einander, bey der vollkommensten Stille ohne Laut und nur unter Feststellung der Spitze, weil diese die Last vielleicht nicht ertrüge. Dagegen wird zu dieser Uebung der Baum so hoch gelegt an beyden Enden, als möglich und aus dem Gestell d desselben wird der unterstützende Nagel ausgezogen. Der Grundgedanke ist dabey das Ueberseltzen über einen Fluß oder Graben.

4. Der Steg. — Ist aber Gelegenheit dazu da, so wissen wir einen solchen Uebergang schon lebendiger darzustellen und den Muth zu keckern Proben zu reizen. Diese Gelegenheit gibt der Schwimmplatz, wo ein solcher ist. Ein Wagebaum liegt, wie die Gelegenheit das am besten fügt, mehrere Schuh hoch über der Wasserfläche, mit seinen beyden Enden hier und dort auf dem Ufer fest. Allen fertigen Schwimmern ist es bey den Schwimmübungen ein großes Vergnügen, diesen Baum mehrmals zu übergehen. Wird ja das Gleichgewicht verloren, so rettet ein Sprung ins Wasser. Hier lassen sich nun mehr der obigen Vorübungen machen. Jeder richte das ein nach eigenem Gutbefinden; nur suche man es zu verhüten, daß nicht das lustige Hinunterspringen den Hauptzweck verdränge.

II. Das Stelzengehn.

Der Nutzen des Stelzengehens ist deutlich: unbefangene Dreistigkeit, Gewandtheit des Körpers, sich auf Füßen im Gleichgewicht zu erhalten, die sich fast nur in einen Punkt endigen; allgemeine Anstrengung der Muskeln und Bewegung im Freyen.

Diese Uebung ist ohne alle Gefahr, und Knaben von 7 Jahren lernen sie schon mit Fertigkeit.

Turngeräth: Die Stelzen sind so bekannte Dinge, daß ich nichts davon sagen würde, wenn ihre Verfertigung weniger zweckwidrig wäre als gewöhnlich. Man setzt nämlich den Fußtritt der Stelze gewöhnlich vermittelst eines Zapfens an die Stange, und macht diese dadurch leicht zerbrechlich und unsicher. Blatt IV. Zeichn. 16, ist eine verbesserte Einrichtung dargestellt. Hier wird der Fußtritt durch ein Band von starkem Blech a, welches um die Stange geht, festgehalten, indem es auf beyden Seiten des Trittes an den Tritt mit Nägeln befestiget ist. In dem Punkte b tritt ein Nagel durch den Tritt in die Stange. Es ist unmöglich, daß eine solche Stelze leicht zerbrechen könnte. Zieht man den Nagel bey b aus, so kann man den Tritt selbst nach Belieben weiter hinauf rücken und ihn von neuem daselbst befestigen, folglich die Höhe des Tritts jederzeit verändern. Ferner erinnere ich folgendes: Man macht den obern Theil der Stelzen, vom Fußtritt nach oben hin, häufig nur so lang bis zur Achselgrube des Gehenden; ich halte es für besser, ihn bis über den Kopf hinaus gehn zu lassen, damit der Stelzenläufer nie in Gefahr ist, mit der Achselgrube darauf zu stoßen.

Benehmungsart: Das Anfassen der Stelzen geschiehet entweder auf die Art, wie der Krieger sein Gewehr beym Fuße faßt, oder auch so, daß die Stelzen hinter dem Arme hinauf laufen, wie in der Zeichn. C. Blatt II. Im letzten Falle muß man auf gerade Haltung des Körpers dringen, welche gern dabey vernachlässigt wird. Regeln lassen sich eben nicht geben, ausgenommen die einzige: Man muß beym Gehen den Fußtritt der Stelze fest unter die Schuhsohle ziehen. Alles Andere ergiebt sich sehr bald von selbst.

Aufgaben.

1) Gewöhnliches Gehen mit Sicherheit und gutem Anstande.

2) Laufen. Die Schwierigkeit ist nicht groß, wenn man erst vollkommen gehen kann, und dann die Schritte nach und nach beschleunigt.

3) Hüpfen auf einer einzigen Stelle im Stillstehen. Blatt II. Zeichn. D. Man nimmt beym Stehen auf den Stelzen die eine unter dem Fuße weg auf die Schulter, so daß der eine Fuß schwebend bleibt. Auf der andern, die man fest unter den Fuß zieht, hüpft man in einem fort, indem man den Fuß der Stelze, und folglich den Stützungspunkt, beständig so verrückt, daß man dadurch das Gleichgewicht erhält.

4) Dieselbe Uebung im Fortschreiten. Anstatt die Stelze immer nur hin und her zu versetzen, hüpft man damit fort, geradeaus. Dieß ist nicht viel schwieriger als vorige Aufgabe, aber angreifender, wenn man ein Paar hundert Fuß forthüpft.

Vorsichtsregeln: — 1. Man erlaube das Stelzengehn nicht auf Treppen. — 2. Zum Anfange dürfen die Fußtritte nicht höher als einen Fuß vom Boden seyn; nach und nach kann man höhere Stelzen gebrauchen. — 3. Steigt die Höhe über 4 Fuß, so sollte man dann auf gepflasterten Boden nicht damit gehn.

III. Das Schlittschuhlaufen.

Der Winter erobert wohl auf fünf Monate den Turnplatz und nach dem deutschen Siegesfeste folgt eine abspannende Unthätigkeit des Körpers in den Schul- und Familienstuben. Was man dann in Städten auf dem Schwing- und Fechtboden leisten kann, ist wohl nur wenigen vergönnt, weil diese Anstalten noch äußerst selten sind; auf dem Lande ist so bald noch gar nicht daran zu denken. Darum sind winterliche Uebungen höchst nöthig. Sie verhüten das Erschlaffen des Körpers in dumpfer Stubenluft, sie stählen ihn, sie gewöhnen an die rauheren Eindrücke der Witterung, sie erfrischen den Geist und verscheuchen die Einschläferung, welcher er in der ewigen Stubenluft ausgesetzt ist.

Zu den trefflichsten Turnübungen im Winter gehört ohne Zweifel der Eislauf. Die ganz besondere Art der Gewandtheit, die er gibt, gewährt keine; und eine solche muthige Heiterkeit wie er veranlaßt, ist schwerlich deutlicher in einer andern zu finden. Ist nicht überall die Gelegenheit zu dieser schönen Körperübung, so gibt dieß durchaus keine Entschuldigung, sie hier zu übergehn. Ich weiß Städte und Ortschaften genug, wo die Gelegenheit vollkommen da ist, aber wo die Uebung fehlt, weil man sie kaum dem Namen nach kennt und nie Schlittschuhe gesehn hat. Diesen, so weit es geschehen kann durch Schrift, das Unbekannte darzustellen,

ist durchaus Sache einer Turnlehre; wenns auch begnem wäre, sie zu umgehn.

Richten wir den Blick, wie es in einem Turnbuche überall geschehen soll, auf den Wehrstand, wie er in dem großen Spiele von tausend Sorgen dastehen soll: so dürfte man doch wohl glauben, daß, zumal jetzt, wo der Krieger dem Winterschlaf entsagt hat, wohl manche sehr nutzbare Anwendung des Eislaufs zu machen sey, wo nicht in ganzen kriegerischen Haufen, wie in Norwegen eine Schaar von fast 1000 Mann Schneeschuhläufern, doch in einzelnen Kunde- und Bothschaftern. Die Kunde von dem Eindringen der Franzosen in Holland brachte ein Schlittschuhläufer über die Süderse nach den nördlichen Staaten mit einer Geschwindigkeit, die schwerlich auf andere Weise erreicht worden wäre.

Von den Schlittschuhen und ihrer Befestigung an den Füßen. — Es ist völlig unnöthig, eine Beschreibung der Schlittschuhe zu machen. Man muß sie je kaufen und lernt sie eben dadurch kennen. Man wähle die Schlittschuhe von der Länge, daß die Hölzer gerade so lang, oder doch nur um ein Weniges länger sind, als die Fußbekleidung. Es gibt nicht bloß ein sehr übles Ansehen, wenn die hölzerne Einfassung vorn und hinten unter den Füßen hervorsteht, sondern die Bewegung selbst wird dadurch unbehülflich. Die Eisen müssen gut gestählt und gehärtet seyn. Dünne und schwache Eisen brechen nicht nur leicht, sondern schneiden tiefer ein, als es nöthig ist; darum sind sie bey einer Dicke von $\frac{1}{4}$ rheinl. Zoll allemal vorzüglicher. Gewöhnlich sind die Eisen der deutschen Schlittschuh in ihrer ganzen Bahn hin ein wenig hohl gearbeitet, um den Seitenkanten dieser Bahn mehr Schärfe zu geben. Da sie bey dieser Einrichtung besser einschneiden, so verhüten sie auch dadurch desto sicherer das Ausgleiten des schreg gegen die Eisfläche aufge-

setzten Fußes. Indeß läuft der, welcher sich daran gewöhnt hat, auf völlig eben geschliffenen Schlittschuhen eben so sicher, und vielleicht noch etwas flüchtiger. — Sehr viel kommt darauf an, daß die Eisen, angerechnet von ihrer Bahn bis an die hölzerne Einfassung, die gehörige Höhe haben, das ist, wenigstens voll ¾ Zoll hoch sind. Zu niedrige Eisen taugen gar nichts; denn wenn sich der Körper des Laufenden ein wenig seitwärts legt, und die Schlittschuhe dann nicht mehr senkrecht, sondern schreg auf dem Eisen stehen: so stoßen die Hölzer leicht auf und veranlassen ein öfteres Ausgleiten. — Das Eisen des Schlittschuhes biegt sich am vordern Ende in einem Bogen aufwärts. Es ist unnöthig, daß dieser Theil sich weit von dem Fuße hinaus erstrecke. — Man achte endlich sorgfältig auf die Befestigung des Eisens in seiner hölzernen Einfassung. Vorn hängt es sich mit einem rückwärts gebogenen Haken über und in dem Holze fest, hinten tritt eine Schraube durch das Holz herab in das Oehr des Eisens. Diese Theile müssen stark und ohne Fehler seyn.

Da die Befestigung der Schlittschuhe eine Hauptsache bey dieser Uebung ist, so werde ich hier diejenige Art angeben, welche mir die beste scheint, ohne das Warum weiter zu erörtern. An den gewöhnlichen Schlittschuhen ist die so eben genannte Schraube an ihrem Kopfe, der hinten auf dem Holze aufsitzt, mit 3 kurzen Spitzen versehen, welche sich beym Auftreten des Fußes etwas in den Absatz des Schuhes eindrücken, und die man gewöhnlich dadurch noch mehr hineinzutreiben sucht, daß man mit dem Fuße stark auf das Eis niederstampft. Dieses gewaltsame Niedertreten macht aber die Eisen gar bald in ihrer Einfassung locker, und taugt daher nur dazu, um die Schlittschuhe zu verderben. Hält man diese Spitzen nur scharf genug, so treten sie von selbst hinlänglich in das Leder. Ich halte eine andere Einrichtung,

bey der jener Schraubenkopf zu einer starken, fast ½ Zoll h hen, Spitze ausgearbeitet ist, die über die Fläche des Holz heraustritt, fast für noch zweckmäßiger. Diese Spitze, d in ein Loch tritt, das man in die Mitte des Absatzes geboh hat, gewährt der Ferse einen sehr sichern Stand. —

Das an einem Schlittschuhe befindliche Riemenwerk in unserer Zeichnung Blatt IV, 17. in seiner Hälfte darg stellt; die jenseitige, durch den Fuß verdeckte Hälfte ist völl eben so. Der Vorderriemen a umschließt die Fußspitze. ist durch das Schlittschuhholz gezogen und mit seiner Mit durch 2 einander entgegenstrebende kleine Keile darin festg klemmt. Seine beyden Enden haben Oehre, zum Durchzi hen eines Bandes. Am hintern Theile ist der Hinterrie men b auf gleiche Art im Holze befestiget, und vermitte zweyer metallenen Ringe hängen die beyden Enden dies Riemens mit dem breiteren Fersenriemen c zusamme Durch die Zeichnung selbst ist es deutlich, wie der Fuß a dem Schlittschuhe ruhet, und die Riemen sich an ihn a schmiegen. Die Art des Anbindens selbst, ist diese: Me ziehe durch die Oehre des Vorderriemens ein hinlänglich la ges und starkes, aus Leinen und Wolle gewebtes Band, daß seine Mitte in den Oehren sitzt. Hierauf stecke man d beyden Enden, jedes auf seiner Seite, und zwar von inne nach aussen durch die Ringe; ziehe den Schlittschuh vermi telst der beyden Band-Enden fest unter den Fuß, und bind sie auf der Spanne einfach und fest zusammen. Hierauf zi he man jedes der beyden Band-Enden von außen nach inne unter den beyden Theilen des Bandes weg, welche, an de Seiten des Fußes, von den Oehren bis zu den Ringen hin laufen, und binde endlich die Enden mit einer Schleife völ lig zusammen: so wird der Schlittschuh mit wenig Kraf vollkommen fest gebunden seyn.

Vorübungen.

1. Das Wagstehen auf Schlittschuhen. — Die erste Schwierigkeit für den Anfänger ist die, auf ein Paar so schmalen Eisen zu stehen, ohne daß die Fußgelenke umknicken. Es wird nicht schaden, ihn einen oder ein Paar Versuche im Zimmer machen zu lassen, einige Minuten auf so schmalen Grundflächen fortzuschreiten und darauf zu stehen. Er findet von selbst augenblicklich, daß es nöthig sey, die Beinmuskeln ungewöhnlich stark anzustrammen, damit die Füße nicht wanken. Und eben dadurch ist dieser Versuch, so klein er auch ist, nicht unnütz.

2. Das Gleiten.

a. Auf beyden Füßen. Er kömmt nun auf das Eis. Er hat nur das Schreiten mit den Füßen gelernt, aber nie das Gleiten. Ausgleiten ist daher gewöhnlich mit Fallen verbunden. Jetzt aber soll der Anfänger immer nur Gleiten. Dieß geschieht auf dem Eise und Schlittschuhen nur zu leicht, aber die Kunst liegt darin, auf den gleitenden Füßen stets die Wage zu halten und sie nicht fortgleiten zu lassen, indem man selbst zurückbleibt, d. i. nicht zu fallen. — Trete der Anfänger etwas gebückt auf beyde Füße, so daß die Eisen gleichgerichtet stehen. Man schiebe ihn im Rücken vorwärts, erst langsam nach und nach geschwinder; er wird vor- und rückwärts wanken, aber schnell eine festere Haltung gewinnen. Bald kann man ihm einen schnell abgesetzten Druck im Rücken gleichsam einen sanften Stoß geben, so daß er allein fortgleitet, ohne gehalten zu werden. Ist dieß einige Mal durchgenommen und er dadurch an das Fortgleiten beyder Füße gewöhnt, so folgt.

b. Auf wechselnden Füßen. Der Anfänger wi
mit wechselnden Füßen schreiten, wie er es gewohn
ist. Man sage ihm, daß dieß nicht gehe. Du mußt d
Last deines Körpers wechselsweise jetzt auf diesen, jet
auf jenen Fuß legen, oder deutlicher: thu, als wollte
du auf einen Fuß treten, so wird dieser Fuß unter d
fortgleiten, wenn du dich mit dem andern Fuße, a
eine fast gar nicht merkliche Art, fortstößest, und di
sen dann sogleich dicht neben den fortgleitenden heran
ziehst. Thu dieß nun wechselsweise mit den Füßen. Ic
halte nichts davon, den Anfänger hierbey zu führen
denn da halten ihn ja andern im Gleichgewichte un
thun gerade das, was er selbst lernen soll, und nich
anders, als durch sich allein lernen kann. Vielmeh
binde man ihn an die Hauptregeln: sich vorwärt
zu neigen, damit er nicht rücklings überfalle; di
Fußspitzen nicht auswärts zu setzen, dam
die Beine nicht auseinander gleiten. Das ist alles
was man mit Nutzen thun kann. Man mache ihm
wenn man es kann, noch durch Beyspiel deutlich, wa
ihm vorhin gesagt ist, und überlasse ihn seiner Uebung
Er wird höchst mühsam fortrutschen, nur immer seh
wenig auf jedem Fuße fortgleiten; aber bald findet e
mehr und mehr das Gleichgewicht, die Gleitungen wer
den länger, er lernt auf diese Art sehr bald die einfach
ste Weise des Fortkommens und gelangt dicht an di
Uebung selbst.

Haupt- und Turnübung.

Ich erkenne zwey Arten des Eislaufs, den mit gera
den und den mit gebogenen Gleitungen, oder den gerade
Lauf und den Bogenlauf. Alle übrigen Bewegungen

welche außer diesen auf dem Eise noch vorgenommen werden können, bilden keine Hauptart des Eislaufs, sondern sind nur als einzelne, leichtere oder schwerere Uebungen oder Kunststücke zu betrachten.

3. Der gerade Lauf. — Man sehe Blatt II, Zeichnung E. Der streichende Fuß, d. i. der, auf welchem das Fortgleiten geschieht, steht fast gerade vor der Person hinaus gerichtet. Das Knie ist gebogen, die Last des Körpers legt sich ganz auf diesen Fuß, darum streckt sich der obere Körper, wiewohl ohne alles Krümmen des Rückens, über ihn hin. Der andere Fuß verrichtet den Abstoß, d. i. er tritt, um jenen Fuß zum schnellsten Fortgleiten zu bringen, nahe hinter ihm nieder auf das Eis, stemmt sich dagegen mit aller Muskelkraft und schnellt dadurch die ganze Person vorwärts. In unserer Zeichnung ist der Abstoß schon geschehen. Der abstoßende Fuß ist bey dieser Verrichtung so stark auswärts gerichtet, daß er mit der Bahn des streichenden im rechten Winkel steht, d. i. wenn in der Zeichn. Blatt IV, Zeichnung 18, a der streichende Fuß und ab die Bahn wäre, so müßte der andere Fuß im beginnenden Abstoße in der Richtung von c stehen. Nach vollendetem Abstoße zieht sich dieser Fuß dicht an den streichenden heran und kaum 1 bis 2 Zoll weit von der Eisfläche herauf. Ein großer Uebelstand ist es, dieses zu versäumen und mit auseinandergesperrten Beinen zu laufen, oder den abstoßenden Fuß wie beym gewöhnlichen Laufen, nach hinten hinauf zu schlagen.

Indem nun der streichende Fuß in seiner Gleitung fortgeht, so streckt sich das Knie desselben nach und nach gerade und der obere Körper richtet sich völlig auf. Daran müssen sich Anfänger so bald als möglich gewöhnen, denn das im Anfange ihnen angerathene Neigen nach vorn hinaus, war nur nöthig, um das Rückwärtsfallen zu hindern.

Die Kraft des Abstoßes hat ihre Wirkung gethan, das Fortgleiten wird langsamer. Nur so lange mußt man sie aber auch nicht weniger als so lange; denn es ist eine unangenehme und abmattende Gewohnheit, die Wirkung des Abstoßes nicht gehörig abzuwarten, sondern schnell hinter einander gleichsam Stoß auf Stoß zu setzen; das heißt nur, sich vergeblich zerarbeiten, und der ganzen schönen Uebung das Ansehen des sehr Mühsamen zu geben. Anfänger haben nöthig, diese Warnung nicht zu übersehen, damit die Schritte lang und gleichförmig werden.

Tritt bald nach einem Abstoße der Zeitpunkt ein, daß die Schnelligkeit des Fortgleitens zu gering wird; dann setzt man den bisher ruhig neben den streichenden gehaltenen Fuß zu einer folgenden Gleitung auf das Eis, in der oben angegebenen Richtung, fast geradeaus nieder, und der bisher streichende dreht sich mit der Spitze so stark auswärts, daß er in den oben bestimmten Winkel kommt, wo er den neuen Abstoß für eine wiederholte Gleitung vollendet. So folgt denn mit wechselnden Füßen immer Abstoß und Gleiten, auf Abstoß mit Gleiten, und die Spur der Bahn wird wie Zeichnung 19 auf Blatt IV, wo bey a jedesmal der Einsatz und bey b, in den punktirten Stellen, jedesmal der Ort des Abstoßes ist. Nicht bloß für diese, sondern für alle Arten des Eislaufes, bleibt mir hier noch die Erinnerung übrig, daß alle unnöthigen Bewegungen des Körpers, besonders der Hände und Arme vermieden werden müssen. Wer noch mit den obern Gliedern das Gleichgewicht sucht, oder um fortzukommen, gleichsam damit rudert, sie schwankt und allerley sonderbare Bewegungen damit macht, der ist nur als Lehrling anzusehen. Es ist daher gut, sich früh daran zu gewöhnen, die Arme vorn übereinander zu schlagen, oder die Hände auf eine anständige Art in der Kleidung zu verbergen.

Die Hemmung des Laufs, welche oft beliebig, oft nöthig ist, wird bekanntlich sehr leicht dadurch erlangt, daß der Läufer, indem er auf beyden neben einander stehenden Schlittschuhen dahin fliegt, den ganzen Körper ein wenig nach vorn überneigt, die Fußspitzen hebt und mit den scharfen hintern Ecken der Schlittschuhe in das Eis einschneidet.

4. Der Bogenlauf. Wenn der gerade Eislauf mehr darauf angelegt ist, ein Stück Weges schnell zurückzulegen, so geht der Zweck des Bogenlaufs nur dahin, den Weg durch angenehme Bewegung genußvoller zu machen; jener ist ähnlich dem strengen Schritte des Wanderers, dieser dem erheiternden Spaziergange; jener gleich dem eilenden Trabe eines Reisepferdes, dieser dem Prunkschritte des stolzirenden Rosses. Bey dem geraden Laufe ist die Spur des Schlittschuhes zwar nicht ganz gerade, aber doch nur wenig gebogen; bey dem Bogenlaufe schneiden die Schlittschuhe nichts als Viertels- oder gar Halb-Kreise in die Eisfläche, daher auch der Name. Er zerfällt in zwey einander entgegengesetzte Arten, nämlich in den ein- und in den auswärtsgehenden Bogenlauf. Da diese letztere weit vorzüglicher als jene ist, und es in dieser Hinsicht rathsamer seyn möchte, sie erst ganz zu erlernen, ehe man sich auf die erstere einlaßt, so stelle ich diese voran.

a. Der auswärtsgehende Bogenlauf zeichnet eine Spur auf die Eisfläche, die nach Belieben, aus Viertels- oder Halbkreisen besteht und in Zeichn. 20, Blatt IV. dargestellt ist. Wollte man über den Halbzirkel noch hinaus gleiten, so würde die Bewegung des Laufenden rückgängig werden. Es kommt ganz auf das Verhalten des Schlittschuhläufers an, wie groß ein solcher Bogen werden soll. Er kann ihn machen, daß

seine Sehne nur wenige Fuß, aber auch, daß sie 10, 15, 20 und mehrere Fuß lang wird, zumal wenn ihm die Luft zu Hülfe kommt. Ich habe meisterliche Schlittschuhläufer gesehen, welche ihre größte Kunst darauf setzten, die Bogen so klein als möglich zu machen; aber weit vorzüglicher scheint mir doch die Bewegung in größeren Bogen; denn sie ist weit freyer und ungehemmter, sie ähnelt mehr dem leichten Dahinschweben eines Vogels, wenn bey jenem Verhalten im Gegentheile eine Bewegung entsteht, die einem hin- und herschwankenden Gehen so ziemlich gleich scheint.

Laßt uns jetzt das Entstehen einer solchen Spur untersuchen, das ist, das Verhalten des Läufers beleuchten, wodurch er sie hervorbringt. Seine ganze Bewegung besteht, der Hauptsache nach, wiederum nur aus wechselnden Abstößen und Gleitungen, wie bey dem geraden Laufe. Der Abstoß hat hier nichts eigenthümliches, aber die ganze Körperhaltung, unter der er geschiehet, ist schon anders. Hier ist kein Vorwärtslegen des Körpers. Der ganze Körper ist und bleibt im ganzen Laufe völlig gerade. Macht der rechte Fuß in a den Abstoß, so steht der linke bey b im Anfange der Gleitung, und er würde nach c hinübergehen, wenn nicht die Haltung des Körpers eine andere Richtung bewirkte. Diese Haltung zerfällt in 3 Bewegungen: a) Die Person lehnt den gerade gehaltenen Körper, von b an und in der ganzen Gleitung fort, nach dem Mittelpunkte des Bogens über die Grundfläche ihres Fußes stark hinaus, das heißt, sie neigt sich auf die linke Seite nach außen hin; b) sie drehet sich im Gelenke der linken Hüfte links, und steuert eben dadurch den Schlittschuh in einem Bogen nach d hin; c) um

dieses Drehen zu befördern und der Senkung des Körpers behülflich zu seyn, zieht sie den rechten Fuß aus der Stelle des Abstoßes in leisem Schwunge dicht über den streichenden linken, so daß die Fußspitze ziemlich stark nach innen steht. Dieß sind die 3 Hauptbedingungen, ohne welche diese treffliche Art des Laufes gar nicht Statt finden kann. Ich enthalte mich, die Sache mit größerer Umständlichkeit zu verfolgen; denn ich würde nichts als Verwirrung bewirken. Nur noch einzelne Bemerkungen.

Die Neigung nach außen, oder bestimmter, nach dem Mittelpunkte des Bogens hin, kann so stark werden, daß die laufende Person unter einer kleinen Kniebeugung mit den Fingerspitzen den Boden erreicht. Die Frage ist daher: Wie kommt sie aus einer so merklich schiefen Lage, die weit über die Fußfläche hinausgeht, wiederum herauf in die senkrechte Stellung? — Die Antwort kann kurz seyn: Es ist sehr begreiflich, daß der obere Körper, indem der Fuß in einem Bogen dahin fliegt, durch die Fliehkraft aus seiner Neigung zum Mittelpunkte herausgeworfen werden muß. Die Fliehkraft ist es, wodurch die Person am Ende der jedesmaligen Gleitung, also bey d wiederum nicht bloß senkrecht steht, sondern sogar schon die Neigung fühlt, sich von jetzt an rechts nach dem Mittelpunkte des künftigen Bogens hinüber zu lehnen. In diesem Augenblicke tritt nunmehr der rechte Fuß auf die Bahn in e nieder, und der linke giebt auf der kleinen Querlinie zwischen d und e den Abstoß. Blatt II. Zeichn. F stellt einen solchen Schlittschuhläufer im Augenblicke des, mit dem linken Fuße vollendeten, Abstoßes dar. In der Natur würde er von diesem Augenblicke an den linken Fuß mit einem

leichten Bogenschwunge dicht über die Spitze des rechten heben und so den Bogen vollenden.

Die Zeichnung, die in der Hauptsache der Natur getreu ist, spricht die Schwierigkeit deutlich aus, die der Anfänger zu überwinden hat, ehe er die Dreistigkeit erhält, sich in eine so schiefe Lage zu begeben. Der beste Rath für ihn ist hier: zuerst den geraden Lauf vollständig zu erlernen, ehe er sich auf diesen einläßt. Hat er dadurch schon viel Gewandtheit in der Haltung des Gleichgewichtes erworben und eine Sterigkeit in der angestrammten Haltung der Muskeln der untern Glieder erlangt, dann ist es Zeit, die Uebung nach folgenden Winken zu beginnen. Er versuche es, ohne alles Ueberneigen nach vorn hinaus, vielmehr bey völlig aufrechter und senkrechter Haltung des Körpers ganz langsam den geraden Lauf zu machen, immer eine Gleitung so lang als die andere. Kann er hiermit ziemlich fertig werden, so versuche er es, den abstoßenden Fuß gleich nach dem Abstoße nach und nach über den gleitenden zu heben. (Anfänger müssen sich hüten, dieses Heben zu übertreiben.) Schon hierdurch wird der Schlittschuh von seiner sonstigen geraden Bahn abweichen und mehr nach außen gehn. Hat er auch hierin einige Versuche gemacht, so beginne er endlich die Neigung nach außen immer mehr und mehr. Das sind denn etwa die erleichternden Uebungsstufen, die sich hier angeben lassen.

b) Der einwärtsgehende Bogenlauf geschieht unter einer Haltung des Körpers, welche der vorigen im Ganzen gerade entgegengesetzt ist. Die Spur des Laufs ist der vorigen ziemlich ähnlich, aber sie entsteht auf eine entgegengesetzte Art. Hat der linke Fuß den Abstoß in a gemacht, Blatt IV. Zeichn. 21, so

gleitet der rechte von b nach d; der ganze obere Körper neigt sich stark links nach dem Mittelpunkte hinüber, und der abstoßende Fuß schließt sich seitwärts an den streichenden. Das ist die ganze Sache. Durch die schiefe Lage des Körpers wird die Gleitung zu einem Bogen. Gelangt der streichende Fuß in d an, so setzt sich der linke in e ein, und der rechte, bisher streichende, dreht sich quer und macht dazu den Abstoß in d. Diese Art des Laufs, die gleichfalls eine angenehme Bewegung gewährt, ist leichter als die vorige und bald gelernt. Sie erfordert nicht so viel Dreistigkeit als jene; denn, obgleich der Körper dabey in eine sehr schrege Lage kommt, so ist sie doch für den Anfänger weniger ängstlich, weil er auf der Seite, nach welcher der Körper sich neigt, das andere Bein zur Hülfe hat und sich darauf stützen kann, wenn er das Gleichgewicht verlieren sollte.

5. Einzelne vermischte Uebungen. Es gibt eine große Menge kleiner Kunststücke, die von Eisläufern ausgeführt werden, und die man zu dem eigentlichen Laufe nicht rechnen kann. Manche sind ganz leicht, andere haben ziemlich viel Schwierigkeit. Hier sind einige davon:

a) Der Lauf in einer Schlangenlinie hat sehr wenig Schwierigkeit. Die Person steht aufrecht, beyde Schlittschuhe gehen gleichlaufend, und keiner entfernt sich von der Fläche des Eises. Man läßt sie dabey in wechselnder Richtung links und rechts gehn, und gibt, um vorwärts zu kommen, jetzt mit diesem, jetzt mit jenem, ganz unvermerkt den Druck gegen die Grundfläche. —

b) Die gerade Linie seitwärts. Es ist nicht leicht, mitten im heftigen Laufe, beyde Füße mit den Fersen so zusammen zu stellen, und die Fußspitzen so völlig aus-

wärts zu richten, daß die Eisen in gleicher Linie stehn und dann in gerader Stellung in einer beträchtlichen Ferne über die Fläche fortzuschießen. —

c) Die krumme Linie oder der halbe Mond wird auf dieselbe Art gemacht, nur brauchen die Fußspitzen nicht so stark nach außen gerichtet zu werden und der Körper wird nicht senkrecht, sondern ein wenig geneigt, nach dem Mittelpunkte des Bogens hin, gehalten. —

d) Die Schneckenlinie. Eines der schönsten Stücke. Man denke sich ganz die Stellung und das Benehmen des Schlittschuhläufers, wenn er bey dem auswärtsgehenden Bogenlaufe eine bogenförmige Gleitung nach außen macht: ganz ähnlich verhält er sich, wenn er eine Schneckenlinie beschreiben will, die im Grunde nur Fortsetzung eines solchen Bogens ist. —

e) Das Uebertreten. Mitten im geraden Laufe setzt man den schwebenden Fuß über den gleitenden weg, jenseits auf das Eis, wobey denn zugleich der bisher streichende gehoben, und die Gleitung auf dem stellvertretenden Fuße fortgesetzt wird. Setzt man dieß Uebersetzen stets fort, so verwandelt sich die gerade Bahn in eine kreisförmige.

Dieß wären etwa diejenigen Stücke, welche für den Geübtern ohne weitere Gefahr ausführbar sind; so wie man dazu allenfalls auch noch die Kunst rechnen kann, diesen und jenen Buchstaben des geschriebenen großen lateinischen Abece mit den Schlittschuhen auf das Eis zu schreiben, und allerley andere Figuren damit zu zeichnen. Es gibt andere, zu denen ich nicht wohl rathen kann. Ich habe einen meisterlichen Eislaufer gekannt, der rückwärts so schnell lief, daß ihn mehrere ganz hübsche Läufer nicht erhaschen konnten, der

mitten in dem schnellsten Laufe sich wie ein Kreisel oft wiederholt auf den Füßen herumdrehete. — Es gibt mehrere Spiele, die sich beym Eislaufe ausführen lassen, z. B. das Treiben eines Kreisels; von Geübtern das Jagdspiel und Barspiel.

B. Das Waghalten fremder Körper.

Diese Uebungen sind angenehm für die Jugend und nützlich zugleich. Der Gegenstand des Waghaltens erhält durch sein unaufhörliches Wanken den Turner ununterbrochen in strenger Aufmerksamkeit und Thätigkeit; er zwingt ihn zu den schnellsten Abänderungen seiner Stellung, zu tausend gebogenen Haltungen des Körpers, und verlangt Vorsicht und Schärfe des Blicks. Die Rede ist dessen ungeachtet hier nicht von gefährlichen Kunststücken. Ein 8 bis 10 F. langer Stab, der am obern Ende allenfalls mit einer daran befestigten hölzernen Kugel, oder durch Bley schwerer gemacht ist, senkrecht auf einer Hand, auf einem Finger getragen, von einem Finger zum andern fortgesetzt, ist zum Anfange hinreichend. Der Waghaltende steht, läuft, setzt sich zu Boden, steht auf, und sucht durch tausendfältige Wendungen den Fall zu verhüten. Man wettet, wer ihn am weitesten, am geschwindesten forträgt, wer ihn am längsten hält, ohne sich von der Stelle zu bewegen u. s. w.

Um diese Uebung, die mit vieler Körperbewegung verbunden ist, in der Folge zu erschweren, schafft man noch einen andern, eben so langen Stab herbey. Diesen faßt man in die eine Hand wagrecht. Am äußersten Ende desselben ist eine kleine Grube befindlich, in diese wird ein senkrechter gesetzt. Diesen hält man so auf der Spitze im Gleichgewicht

und versucht es, durch Ausstreckung des quer gehaltenen Stabes ihn immer weiter von sich zu entfernen. Blatt II.. Zeichn. G.

Diese Uebung kann durch Nebensachen schwerer gemacht: und verschönert werden. Man setzt sich auf einem Beine nieder, und steht eben so auf, Zeichn. H; man tanzt mit beliebigen Tanzschritten, man springt durch einen Reifen, der unter den Füßen durchgeschlagen, von hinten über den Kopf auf die tragende Hand gelegt, hier nahe an den Stab gebracht, und von der Hand heruntergeworfen wird, indem man den Stab einen kleinen Satz von den Fingerspitzen in die Hand machen läßt.

Man wähle zu dieser Uebung einen freyen ebenen Rasenplatz und halte die Umstehenden an, dem Waghaltenden nicht zu nahe zu kommen.

Das Klimmen oder Klettern und das Steigen.

Alle hierher gehörige Uebungen haben zwey sehr von einander abweichende Zwecke: Muskelkraft und Nervenstärke. Der Turnlehrer unterscheide sie genau und fasse sie bey der Ausführung streng ins Gesicht.

Die deutsche Jugend soll kraftvolle Hände, Arme und Schenkel haben. In der That könnte man in Hinsicht auf diese in jedem Zimmer die nöthige Anstrengung zur Erlangung der Körperkraft und Gewandtheit treffen, weil es z. B. schon thunlich ist, im Zimmer am Tau die Höhe eines Thurms zu erklimmen, ohne je höher als einige Fuß vom Boden zu kommen; aber den Muth, die Nervenstärke, die schwindelfreie Fassung eignet man sich auf diese Art eben so wenig an, als die Schwimmkunst außer dem Wasser.

Das bey diesen Uebungen ohne Gefahr zu erwerbende ist in der That die Muskelkraft, darum sey sie das Erste, und sie werde nicht bloß in Hinsicht auf Größe, sondern vorzüglich auch auf Dauer geübt. Es ist dabey etwa dieselbe Gefahr, wie beym Gehen, Laufen, Springen u. dergl., der jeder Mensch täglich ausgesetzt ist. Mit mehr Sorgfalt sind die Uebungen für den zweyten Zweck; der aber eben sowohl ein Hauptzweck ist, zu betreiben. Aber wie? —

Die Kraft, die dreyßigste Sprosse einer Leiter zu ersteigen, hat so ziemlich ein jeder, aber zum Stehn dort oben ist der Muth weit wenigern gegeben. Ein Tisch von 9 Geviertschuhen ist jedem groß genug, um darauf zu stehen; setzt aber dieselbe Fläche, wenn auch noch so fest, auf die Spitze eines Hauses oder Thurmes, so möchten wohl sehr wenige gleich muthig bleiben, die meisten würden sinnlos nieder stürzen. Wie kömmt das? — Trinken nicht dagegen Schieferdecker auf der Fläche des Thurmknopfes stehend, ohne sich nur anzuhalten, lustig ihre Flasche Wein? — Ihre Schutzgöttin ist die Gewohnheit. Könntest du den Tisch mit dem Besteiger täglich einen Fuß weiter hinauf rücken, so würde auch ihm diese kleine Göttin zu Hülfe kommen.

Hieraus ergibt sich für den Turnlehrer in der Sache diese Regel; gerade bey derjenigen Uebung deren Grundlage weniger die Körperkraft als die muthvolle Nervenfestigkeit ist, sehr langsam aufzusteigen. Ich halte es für Pflicht, über diesen Gegenstand mit völliger Bestimmtheit zu sprechen, darum noch folgendes. Steigen heißt sich mit oder auch ohne Handgebrauch auf festen Stufen oder stufenvertretenden Gegenständen vermittelst der Füße zu einer Höhe empor arbeiten; so wird eine Treppe, eine Leiter, ein Berg erstiegen. Klimmen oder Klettern dagegen heißt, sich ohne alle Stufen bloß unter Umschränkung des Gegenstandes durch die Kraft der Arme, Hände und Beine an ihm hinauf arbeiten. Man sieht von selbst, daß das erstere weit leichter sey, als das letztere. Daraus folgt aber, daß der Klimmende schwerlich je höher geht, als seine Kräfte reichen, der Steigende aber braucht weit weniger Kraft, eine Höhe zu erreichen, der seine Furchtlosigkeit und seine Nervenstärke noch nicht gewachsen ist. Wie sehr hat unsere Sprache Recht, die wohl ein Versteigen, aber kein Verklimmen hat. Darum merke sich

jeder Turnlehrer, daß das Klimmen nur Uebung, das Steigen aber verzüglich Gewöhnung erfordere. Gern erlaube ich's dem Anfänger, wenn er die Kletterstange erklimmen will; seine Muskelkraft wird schon, und gerade soviel als nöthig, mitsprechen; wäre sein Vorsatz aber die 25ste Sprosse einer Leiter zu ersteigen, um etwa dort oben sein Butterbrod zu essen, so würde ich sagen: iß es heut auf der 6ten, morgen auf der 7ten u. s. fort; sieh dich dabey um, soviel du kannst. Verfährt man so im eigentlichsten Sinne stufenweise, dann ist das Steigen schwerlich so gefährlich als das Reiten oder Fahren.

Gerade die Jugendzeit ist die einzige, wo man Auge, Einbildung und Nerven — dieß sind die drey wirkenden Ursachen — gegen Schwindel abhärten kann. Sehr leicht wird dieß gehn bey der ländlichen Jugend, viel schwerer bey derjenigen städtischen, die dem schwächenden Einflusse des Sitzlebens im Zimmer auf vielerley Art ausgesetzt gewesen ist. Fasse sie der Turnlehrer nicht allein um ihrer selbst, sondern auch um der guten Sache willen besonders ins Auge. — So viel genug. Leichter ists mir, den vielfachen Nutzen dieser Uebungen, auch für den künftigen Vaterlandsvertheidiger, hier zu übergehen. Zur Sache.

Turngeräth — Schön ist es, wenn der Turnplatz Bäume hat, unter deren Schatten das Klimmen vorgenommen werden kann; denn da hier die Augen häufig aufwärts blicken, so ist Schatten sehr angenehm. Ueberdem können Bäume, wenn sichs fügen will, selbst bey dem Gerüst zu Hülfe genommen werden.

Hier mögen folgende Rüstzeuge benachbart beysammen stehn.

1. Das Hang- und Schwunggerüst, oder das Reck. Blatt II. J. Vier Ständer erheben sich aus dem Boden. Die beyden mittlern stehn 15 Fuß von einander, und der eine ist 6, der andere 7 Fuß rheinl. hoch. Sie tragen ein starkes Querholz zum gesellschaftlichen Anhangen auf die Dauer, auch können mehrere andere Uebungen daran vorgenommen werden. Dieses Querholz ist 6 Zoll hoch; seine untere Seite 3 Z., seine obere etwa 2 Z. stark, und diese letztere ist rund, überhaupt das Ganze etwa so gearbeitet, wie der zum Anfassen bestimmte Theil eines Treppengelenders. An beyden Seiten dieses Recks schließen sich zwey andere. Statt des starken Querholzes tragen diese nur runde glatte Stangen von Fichtenholze, jede 8 Fuß lang. Da die Größe der Turner verschieden ist, so ist das eine Reck 5, das andere $4\frac{1}{2}$ Fuß hoch zu machen. Im allgemeinen gilt die Regel; der Turner muß das Reck im Stehn kaum mit den Fingerspitzen erreichen können. Die Stärke der Stange ist 2 bis $2\frac{1}{8}$ Zoll.

2. Das Kletter- und Steiggerüst. Es ist höchst nöthig, alle Geräthschaften, die zu diesen Uebungen dienen sollen, nicht auf dem Platze zerstreut, sondern möglichst vereint anzubringen. Gründe: a) Der Turnlehrer muß alles hierher gehörige Beginnen der Uebenden in jedem Augenblicke übersehen können, sind aber die Geräthschaften zerstreut angebracht, so kann ers nicht; oder er muß die Uebungen bald an dieser, bald an jener Geräthschaft einzeln vornehmen lassen. b) Vielerley Gerüste, vielerley Kosten. Diese sind aber sehr zu berücksichtigen. Nicht jedes Kleidungsstück braucht seinen eigenen Haken, man kann schon

viel an einem einzigen aufhängen. c) Die Vereinigung der Gerüste gibt gediegene Festigkeit im Bau; das eine stützt das andere, hält und trägt das andere; das Einzelne schwankt und wankt, wenn es gleichsam einbeinig da steht. Dieß sind die Gründe, die mich bewegen, alles zum Klettern und Steigen Gehörige in einem einzigen Gerüste zu vereinen.

Blatt III, A ist das ganze Gerüst nach verjüngtem Maaß aufgestellt. In allen Längen und Vorderseiten ist es genau gehalten, in den verkürzten Seiten der vierkantigen Hölzer konnte es natürlich keine Anwendung leiden, aber diese ergeben sich von selbst. Auch mußten die Menschengestalten über den Maßstab hinausgehen. Die beyden Pfeiler sind im Boden fest gerammt und 20 Fuß hoch. Der Raum zwischen ihnen ist hier zu 22½ Fuß angenommen. Wenn nichts hindert, so möchte es noch vortheilhafter seyn, ihm 26 Fuß zu geben. Auf den Hauptpfeilern ist der Balken c d eingezapft. Man hüte sich, die Zapfen völlig durchgehen zu lassen, schnelle Fäulniß ist sonst unvermeidlich.

Dicht an dem Balken und zwar in der Mitte der Pfeiler steigt ein im Boden eingerammter Mast e auf. Seine Höhe ist hier auf 36 Fuß angenommen und das oben befindliche Kreuz der Fahne ist 40 Fuß hoch. Gut ist es, diesen Mast mit dem Querbalken c d durch ein eisernes Band zu verbinden, aber nicht durchaus nöthig, denn hinter dem Maste steht ein Strebepfeiler, der oben mit ihm in stützende Verbindung tritt. So die Grundtheile des ganzen Gerüstes. Unerschütterlich steht es in dieser Verbindung gegen alle Stürme auf drey starken Füßen, die Einrammung des Mastes selbst ungerechnet.

Hat der Platz ein Paar starke schickliche Bäume, welche die Pfeiler a b vertreten können, so ists desto besser.

An dem Balken c d sind die Geräthschaften zum Klettern und Klimmen: zwey Stangen f und g, zwey Seile, die Strickleiter, und der Mast h.

Für die Uebungen im Steigen sind am Gerüste zwey Standplätze. Die erste Leiter führt zu dem untern. Er ruhet vorn auf dem Querbalken, hinten aber ist er theils an dem Strebepfeiler des Masts befestiget, theils durch ein in der Zeichnung nur theils sichtbares Strebeband mit dem Maste in Verbindung und dadurch gestützt. Von diesem untern Standplatze führt die zweyte Leiter zu dem obern. Ich setze voraus, daß der Mast in dieser Stelle noch 8 Zoll Durchmesser habe. Ich kann zu keiner Durchzapfung rathen, denn die Nässe hängt sich hinein u. s. w. Besser scheint mir die Einrichtung, wie sie die Zeichnung angibt. Die beyden Traghölzer des Standplatzes sind durch ein Paar eiserne Bänder am Mast fest. Das vordere ist in der Zeichnung sichtbar. In der Gegend der Leiter treten jene Traghölzer $2\frac{1}{2}$ Fuß weit von einander. Ein Querholz verbindet sie, die Leiter tritt, von unten herauf, als Stütze mit diesem in Verbindung und oben hinaus lassen sich immer noch 2 am Mast befestigte Hängbänder anbringen, von welchen das vordere in der Zeichnung zu sehen ist.

Soll das Alles genaue Vorschrift des Unerläßlichen seyn? — Schlechterdings nicht! — Allein für den Schriftsteller ists unerläßlich. Zwar nicht das Vollkommenste, was er erdenken kann, aber doch das zu geben, was in den Gränzen der Ausführbarkeit bleibt und das Nöthige möglichst vollkommen in sich enthält. Es ist übrigens gar nicht schwierig, zehn andere Einrichtungen zu erdenken.

Wird aber das obige Gerüst den Geldkräften überall angemessen seyn? Gewiß nicht! Allein, wo sichs nicht erbauen läßt, wird sich die Vereinfachung schon von selbst hinzudrängen. Beseitigt man den Mast e mit seinen Standplätzen und Leitern, so bleiben die Ständer a b mit ihrem Querbalken c d mit den nöthigsten daran angebrachten Sachen vollkommen ausreichend zu den Uebungen des Kletterns, und selbst zur Uebung gegen den Schwindel. Eine starke Leiter läßt sich auch hierbey noch zum Steigen anbringen. —

Allein man will fast gar nichts anwenden. Man führt mich auf den Turnplatz, und hier finde ich eine große Eiche oder Linde, in deren starken Aesten man schickliche Stellen ersehen. Hier hat man einen Standplatz über dem andern mit wenigen Kosten angelegt, ein Paar starke Leitern führen hinan. Wahrlich ihr habt es am trefflichsten gemacht. Die Natur baute euch ein herrliches Gerüste und ihr habt es mit einer Klugheit benutzt, die ich allen Unternehmern empfehle. Ungern verweilte ich so lange bey einer, der Willkühr sehr zugänglichen Nebensache. Uebung ist die Hauptsache. Sie folge.

A. Klimmübungen.

Die Natur gab uns zum Klettern sehr sichere, zuverlässige Werkzeuge. Wir müssen damit anfangen, diese zu stärken, ehe wir uns der Uebung selbst überlassen dürfen. Es geschiehet zwar schon durch mancherley andere Uebungen des Platzes, folgende zwecken aber ganz besonders darauf ab, und sind nicht nur als Vorübungen, sondern auch in mancher andern Hinsicht, zur Prüfung der Geduld und zur Verach-

tung des Schmerzes sehr nützlich. Diese Eigenschaften des Mannes sind von großem Werthe, und will man jede einzelne, der in diesem Buche beschriebenen Uebungen etwas genauer untersuchen: so wird man finden, daß die meisten zugleich darauf abgezweckt sind.

Das Klimmen besteht in der Fertigkeit und Kraft der Muskeln, den eigenen Körper, dem Zuge der Schwerkraft entgegen, zu einer Höhe hinaufzuarbeiten, die durch bloßes Gehen oder Steigen, ohne Anlegung der Hände, nicht erreicht werden kann. Da der Körper bey dieser Arbeit an dem Gegenstande, der erklommen werden soll, immer eine Stelle als Stützungspunkt fest hält, um während dieser Stützung weiter hinauf greifen zu können: so sind durchaus immer wenigstens beyde Hände, und mehrentheils die untern und obern Glieder zugleich thätig, das ist: indem entweder die eine Hand, oder statt deren die untern Glieder den Stützungspunkt fest fassen, so greift die andere Hand, oder so greifen beyde Hände an dem Gegenstande weiter hinauf, um dort einen neuen Stützungspunkt zu suchen.

Oft ist dieß nicht hinreichend. Oft hängt der ganze Körper nur an den Händen; gebt ihnen Dauer, dieß auf einige Zeit abhalten zu können. Ich habe selbst den Fall gehabt, daß einer meiner Arbeiter, dem die Leiter umfiel, einen Balken über sich faßte. Wie höchst nützlich war es, daß er ausdauern konnte, bis man die Leiter ihm stellte. Allein nicht immer ist ein Leiterstellen da und konnte sich jener auf den Balken hinauf schwingen, so brauchte er ihn nicht. Das bloße Handhangen ist darum wieder nicht genug. Oft müssen die Füße und durch deren Hülfe der ganze Körper hinauf geschwenkt werden. Ein neues, kleines Felde der Uebung. —

Vorübungen.

Die vorläufigen Uebungen der obern und untern Glieder, der Bauch- und Rückenmuskeln machen hier die Vorübungen, die den allgemeinen Namen der Hang- Schwung- oder Reckübungen führen mögen.

1. Der Handhang in die Wette. So viel als am mittlern Hanggerüste Blatt II. Zeichn. I. Platz haben, beginnen diese Uebung gleichzeitig. Eben darum muß dieses Reck stark und keine bloße Stange seyn. Sie treten nach der Größe darunter, lassen sich von andern, welche gerade die Uebung nicht mitmachen, heben. Sie fassen mit gefalteten (ein andermal mit nicht gefalteten) Händen über das Reck und werden gleichzeitig von den Hebenden losgelassen. Jetzt trägt jeder seine eigene Last. Das ist gerade, was man beym Klettern auf längere Zeit können soll.

Uebrigens ist der Handhang von doppelter Art.

a) Mit gestreckten Armen, die leichtere;

b) Mit gekrümmten Armen, die schwerere. Hierbey werden die Arme in den Ellenbogen so weit gekrümmt, daß die eine Schulter dicht unter dem Reck ist. Nicht jeder Anfänger kann sich aus eigener Kraft so stark hinaufziehn. Diesem muß man durch Heben zu Hülfe kommen, bis die Höhe erreicht ist. Es ist genug, wenn er sich dort nur auf kurze Zeit erhält.

Man kann diese Uebungen nach der Uhr anstellen und demjenigen den Sieg zuerkennen, welcher am längsten aushält. Mit jeder Minute scheint die drückende Last zu wachsen. Einer entfaltet nach dem andern die Hände

und springt zu Boden. Indeß bleiben die Stärkern und Härtern mit ausharrender Geduld und Verachtung des drückenden Schmerzes, bey der ersten Art oft 6, 12, 15 und mehr Minuten.

2. Das Heben. Die Hände werden über dem Reck verschränkt oder auch bloß neben einander angelegt, die eine von dieser, die andere von jener Seite. Blatt II, Zeichn. J. 1. Zur andern Zeit nur von einer Seite.

Jetzt zieht der Turner, unter gerader Ausstreckung und Schließung der Beine, seinen ganzen Körper so weit aufwärts, daß er über das Reck wegsieht; dann aber läßt er sich wieder nieder bis zur gänzlichen Ausstreckung der Arme. Sehr angreifend wird diese Uebung durch fortgesetzte Wiederholung. Man wiederholt sie 3, 6, 9 Mal, seltener sehe ich sie bis 18 und 24 Mal. Man übertreibe nicht; denn wir sollen nicht abspannen, sondern stärken. Dagegen fordre man ruhige Haltung der Füße. Man kann diese Uebung am mittlern Reck von so vielen zugleich machen lassen, als Platz ist. Sind durch obige beyde Uebungen Hände und Arme ein wenig vorgeübt, so kann man zu folgenden übergehn.

3. Der Hangschwung. Der Turner, Zeichn. J. 2, hängt mit den Händen am Reck und schwenkt die Füße hinauf und hinab. Die Hände fassen von beyden Seiten herauf und liegen etwas entfernt von einander. Die Ellenbogen-Gelenke sind stark gekrümmt, die eine Schulter ist dicht unter dem Reck, die Oberarme liegen dicht am Leibe. Jetzt senkt sich der Kopf rückwärts und gleichzeitig werden die Füße hoch aufwärts geschwenkt, so daß sie über dem Reck leise zusammen stoßen. Aus dieser Stelle sinken sie sodann wieder in die tief herabhangende

Lage zurück. Wenige Anfänger vermögen diese Schwenkung, weil sie sich mit den Armen noch nicht gehörig heben können; Andere nehmen gern einen Vorschwung der Füße zu Hülfe, echt ist die Uebung aber nur, wenn sie allein durch Muskelkraft der Arme, des Rückens ꝛc. vollbracht wird. Man hebt sich 3, 6, 9, 12, 18, 24, ja 30 Mal. Der Turnlehrer verhüte Uebertreibungen.

4. Der Liegehang. Behält man die Füße nach voriger Uebung 3, über dem Reck fest geklammert, so entsteht der Liegehang; ein Festklammern mit Händen und Beinen, wobey der Körper ziemlich gestreckt und der Rücken zum Boden gewandt ist. Es ist darauf anzulegen, in dieser Lage ausdauern zu lernen; daher Wettübung.

5. Der Ruhhang, vorgestellt in Zeichnung F. 3, entsteht aus vorigem Liegehang. Man will die Glieder der einen Seite ruhen lassen. Schnell hängt man sich mit dem linken Arme im Ellenbogen-Gelenke und mit dem linken Beine im Kniegelenke über das Reck. Die rechte Seite schwebt ruhig. Eben so schnell wechselt man und wendet die rechten Glieder an, um jene ruhen zu lassen; oder endlich man gebraucht gleichzeitig das rechte Kniegelenk und den linken Arm und umgekehrt. Durch öfteres Wechseln hält man dieses Anklammern ziemlich lange aus; es bildet eine rechte Vorübung zum Klettern. Ist Wettübung.

6. Das Gehn am Reck. Gerade in der Lage des obigen Liegehanges (Zeichn. F. 2) fangen die Hände an, nach Belieben kopf- oder fußwärts weiter zu wandern. Die Füße (auch kann man nur ein Bein über dem Reck lassen) folgen entweder rutschend der genommenen Rich-

tung, oder noch besser wechselnd, und gewissermaßen gleichfalls fortgreifend. Man geht auf diese Art an dem Recken fort, so lange die Kraft es gestattet.

7. Das Handgehn. Zeichn. F. 4, die Hände fassen das Reck von beyden Seiten her, die Arme werden stark gebogen, so daß die Schulter sich dem Reck nähert. In dieser Lage greifen die Hände vor- oder rückwärts weiter, das ist, sie gehen vor- oder rückwärts, so kann man, wenn es die Kräfte erlauben, nach und nach über die sämmtlichen Recke gehen. Fehlerhaft wird diese Uebung gemacht, wenn die Arme gerade und schlaff dabey bleiben, wenn mit den Füßen, statt diese ruhig und geschlossen zu halten, heftig gezuckt und getreten wird. Bey einer zweyten Art des Handgehens hat man das Reck vor sich, beyde Hände sind auf derselben Seite angelegt und man greift damit seitwärts weiter.

8. Der Kniehang. Wenn man bey dem obigen Liegehang mit den gekrümmten Kniegelenken von beyden Seiten her über das Reck faßt, so ist man sehr leicht im Stande, die Hände loß zu lassen und den ganzen Körper schwebend zu erhalten. Diese Lage ist vollkommen sicher, sehr leicht auszuführen und sehr anwendbar beym Klettern. Ich führe sie hier bloß an, weil sie unter Umständen wirklich rettend werden kann, will aber aus Gründen nicht, daß man sie, wenn sie an die Reihe kömmt, anhaltend unternehme.

Alle bisherigen Vorübungen geschehen so, daß die Person dabey unter dem Reck blieb; es ist Zeit, dasselbe zu besteigen.

9. Der Aufschwung. Geschiehet am besten am Reck mit bloßer Stange. Der Turner setzt sich in den Liege-

hang und aus diesem versucht er es, sich so um das Reck zu winden, daß er oben hinauf kömmt. Die ersten Versuche schlagen wohl fehl, denn es gehört etwas Kraft und Gewandtheit dazu. Das bequemste Benehmen ist dieses: Will man von der Seite aufs Reck, die einem beym Liegehang zur Rechten ist, so faßt man mit dem rechten Kniegelenk über, greift mit der rechten Hand fest, mit dem linken Arme gleichfalls von der rechten Seite des Recks so über dasselbe, daß das Reck unter der Achselhöhle ist. Aus dieser Haltung kömmt man mit einigem Bemühen bald zum Zwecke. Man sitzt jetzt reitend.

10. Das Fortgleiten auf dem Reck. (Das Gleiten.) Aus eben angegebener Stellung setzt man sich quer aufs Reck. Durch gehörige Stützung auf die Hände und unter steter Waghaltung rückt man seitwärts immer weiter fort. Würde auf der schmalen Unterlage das Gleichgewicht verloren, so würde der Gleitende immer noch Zeit genug haben, das Reck mit Armen und Händen zu fassen. Auch diese Uebung ist sehr anwendbar, um in der Höhe längsthin auf einem Balken fortzukommen.

11. Das Gehen mit Handstützung. (Blatt II. Zeichn. J. 5.) Der Turner hat das Reck vor sich; die Hände stützen sich darauf und tragen den herabschwebenden Körper seitwärts weiter, so lange er will und kann.

12. Der Umschwung. Geschieht nur am Stangenreck. Getragen von den stützenden Händen, gerade wie J. 5, wirft der Turner den Kopf vorwärts nieder, er taucht gleichsam nieder; die Mitte des Leibes ruhet augenblicklich auf dem Reck, die Füße schwingen sich aufwärts,

die ganze Person dreht sich um und die Füße gewinnen den Boden. Dieß ist der Umschwung vorwärts, schwieriger aber hübscher ist er rückwärts. Gestützt auf die Hände wuchtet der Turner mit den Füßen ein- zweymal rück- und vorwärts. Im besten Schwunge wirft er sie jetzt vorwärts unter dem Reck schnell durch, so daß sie auf der entgegengesetzten Seite flüchtig hinauf und hinüber fahren. Zeichnung J. 6. So liegt er augenblicklich wieder mit der Mitte des Leibes auf dem Reck und richtet sich in seine erste Lage. Dieser Umschwung ist nicht leicht, er erfordert viel Gewandtheit und Schnellkraft. Beyde Uebungen sind unbedenklich und geeignet den jungen Menschen anzuleiten, nicht bey jedem Umschwunge des Körpers gleich Kopf und Sinne zu verlieren.

Reckübungen dieser Art lassen sich sehr vermannigfaltigen und die Jugend ist darin so erfinderisch, daß man eher darauf bedacht seyn muß, ihr Schranken zu setzen, als sie aufzumuntern. Leicht verfällt man bey dieser Gattung von Körperanstrengung in die Künste des Seilschwenkers. Ich erinnere an das medium tenuere beati; darum genug! — Es versteht sich von selbst, daß der Turnlehrer dem Anfänger zur Hand seyn und ihm durch Handanlegen Hülfe leisten muß.

13. Die Verschränkung. Es ist nicht sonderlich schwer, sich an einer aufrecht stehenden Stange, oder einem nicht zu dicken Baumstamme in jeder Höhe durch den Zusammenschluß der Füße, Beine und der Schenkel vollkommen fest zu halten und die Hände ausruhen zu lassen, oder damit ein kurzes Geschäft abzuthun.

Die Anlegung der untern Glieder ist dabey gerade so wie Blatt III. Zeichn. A. 1. Der eine Fuß liegt, wie die Zeichnung aussagt, vor der Stange stark einwärts gedrehet, das andere Bein faßt jenseits um dieselbe, die Knie drücken sich fest an. Wer sich gut geübt hat, wird die Stange mit keinem Theile des Körpers weiter berühren, als mit den untern Gliedern bis zu den halben Schenkeln herauf; und er wird diese Lage bis zu einer Minute aushalten.

Turnübungen.

In die heitre Gestalt der gesellschaftlichen Turnübungen, wie sie von den eigentlichen kriegerischen Uebungen mir immer herüberspiegelte, lassen sich die Uebungen des Klimmens nicht bringen. Theils, und das ist das Wenigste, können die Geräthschaften nicht da seyn, theils werden gerechte Bedenklichkeiten eintreten, die Jugend zur Ersteigung im zahlreichen Vereine anzuführen. Man kann Wälle, schroff da stehende Erdabstürze erstürmen, dabey Turner auf Turner treten lassen. — — Was? ruft der bedächtige Mann und zumal der Vater: wollt ihr mit euren Uebungen wirklich Krieg führen gegen die Jugend?? Er hat Recht, so zu fragen. Erziehen sollt ihr — verbrauchen durchaus nicht. Unbedenklich gebe ich daher die bloße Form auf und behalte die reinen Uebungen. Kraft, Gewandtheit und Aneignung des Muthes geben auch diese und auf nützliche Anwendung im Leben zielen sie alle. Ich stufe sie nicht bloß nach dem Grade der Schwierigkeit, sondern zugleich dem der Sicherheit auf, wie folget.

A. Das Klimmen an festen Turngeräthen.

I. Vermittelst der obern und untern Glieder.

1. Das Klimmen an der Stange, geschieht sowohl an der senkrechten, als an der schreg angelehnten.

Die Stange f. Blatt III. A. ist 2 bis 2½ zöllig, auch wohl noch stärker. Es richtet sich das nach der Größe der Turner. Sie ist völlig glatt und splitterlos. Oben muß sie durch ein Eisenband gehalten werden, und darf nicht etwa bloß in den Querbaum des Gerüstes von unten her eingezapft seyn.

Die schrege Stange ebendaselbst g muß stärker, wenigstens 3 zöllig seyn. Die Befestigung ist ähnlich wie bey jener.

Weder die eine, noch andere ist fest eingegraben, sondern nur etwas in den Boden versenkt, so daß man für kleinere Turner schnell schwächere hinstellen kann, wenn diesen das Umspannen einer stärkern Stange unmöglich würde.

Die Anwendung der Glieder bey dem Ersteigen einer solchen Stange hat nichts Künstliches. Da an der Stange f kein Raum zur Darstellung war, so ist sie bey der schregen Stange g bey 2 angegeben; denn bey beyden bleibt das Benehmen ganz dasselbe. Mit dem Körper darf die Stange durchaus weiter in keine Berührung kommen, als mit Füßen, Beinen, Knien und Händen; es würde nicht nur bedenklich seyn, sie ganz herauf zwischen die Beine zu nehmen, sondern auch erschwerend. Der Klimmer rückt, indem er sich mit beyden Händen aufwärts zieht, mit den untern Gliedern an der Stange hinauf, faßt damit fest, und greift dann mit den Händen höher. Er setzt diesen abwechselnden Gebrauch der untern und obern Glieder fort, bis er die Höhe erreicht

bar. Das Herabklimmen hat gar keine Schwierigkeit. Es ist nicht nöthig, nach derselben Art dabey zu verfahren, sondern man gleitet, unter der obigen Festhaltung mit den Füßen, gewöhnlich mit Geschwindigkeit daran herunter, so daß die Hände nur sehr wenig dabey zu thun haben.

Fast ganz und gar nicht abweichend ist das Erklimmen der schreg angelehnten Stange. Es ist nicht wohl thunlich, sich auf der obern Seite zu erhalten, indem man leicht durch die Schwere zur untern herumsinkt; auch ist diese nur beym Klimmen aus guten Gründen anzuweisen, es gelte hinauf oder herab. Die Anlegung der Glieder ist ganz die vorhin erwähnte bey der senkrechten Stange. Da die Schwere des Körpers hier mehr auf die Hände wirkt, so ist hier das Klimmen wirklich beschwerlicher.

Dieses Klimmen muß bis zur größten Fertigkeit erlernt werden, jeder Mensch sollte wenigstens die Fertigkeit besitzen, aus dem zweyten, dritten Stock an einer glatten Fichtenstange herabzugleiten, die an eines der Fenster gelehnt wäre.

2. Uebungen auf der Leiter. Blatt II. Zeichn. K. Wir gebrauchen eine kleine Leiter von 12 bis 16 Sprossen, welche man überall anlegen kann zu mancherley Kletterübungen. Die Sache ist so hochst einfach, daß nur wenig davon zu sagen ist. Unter den Augen des Turnlehrers kann man hier folgende Uebungen vornehmen.

1) Kleine Anfänger steigen auf gewöhnliche Art daran auf und nieder, bis zu größerer Fertigkeit und Furchtlosigkeit. —

2) Sie steigen herab mit verwandtem Körper, so daß der Rücken der Leiter zugekehrt bleibt. —

3) Sie gehn auf und nieder auf gewöhnliche Art, aber bloß mit dem Gebrauche Einer Hand, anfangs leer, weiterhin tragen sie irgend etwas im linken Arme.

4) Man geht mehrere Stufen hinauf und hinab, ohne Anlegung der Hände. Das Hinaufgehn ist ganz unbedenklich. Unter Gebrauch der Hände wendet man sich und geht, den Rücken gegen die Leiter gewandt, herab. Hierbey muß der Turnlehrer zur Handbietung stets bereit seyn.

5) Zwey begegnen sich auf der Leiter und weichen sich aus, um neben einander durchzukommen. Hierbey bleiben entweder beyde auf der obern Seite, oder der Eine, wenn er schon die nächstfolgenden Aufgaben geübt hat, wendet sich auf die hintere Seite der Leiter, um jenem durchzulassen. —

6) Jetzt beginnen die Uebungen auf der hintern Seite der Leiter. Mit Leichtigkeit steigt man von Sprosse zu Sprosse, indem die Füße und Hände zugleich weiter hinauf rücken. —

7) Man steigt vorn hinauf wie gewöhnlich, schwingt sich um den einen Seitenbaum auf die hintere Seite und kömmt dort herab. Dasselbe geschiehet umgekehrt, man steigt hinten hinauf und kömmt vorn herab. —

8) Man klimmt die Leiter auf und ab auf der hintern Seite, ohne Anwendung der Füße. Obgleich eben darum diese Aufgabe hier nicht her gehört, so nehme ich sie doch, um kürzer zu seyn, hier gleich mit. Sie geschieht auf zweyerley Art:

a. Doppelhändig. Beyde Hände ergreifen die bequemste Sprosse und heben den Körper gemeinschaftlich stark aufwärts. In diesem Augenblick greift die eine Hand weiter zur nächst höheren und ist diese ergriffen, so faßt auch die andere Hand zu ihr hinauf. Beyde Hände heben jetzt von neuem u. s. w.

b. Wechselhändig. Eine Hand greift rasch über die andere hinaus, welche allein den Körper hebt. Erstere Uebung ist hinaufwärts angreifend und nur für etwas ältere und stärkere Turner; letztere ist noch bedeutend schwieriger.

Obige 13 Vorübungen sind vollkommen ausreichend für die folgenden. Sie sind der Schlüssel zu diesen. Uebersieht sie der Zuschauer, so ahnet er leicht überall Gefahr bey den eigentlichen Uebungen des Klimmens; sind sie ihm klar geworden, so wird er sie nicht mehr ahnen. Es ist unerläßlich, alle Anfänger in diesen Vorübungen festzusetzen. Zwar sind sie nach Gründen so aufgeführt, doch ist es gerade nicht nöthig, sich an diese Ordnung streng zu halten. Der Turnlehrer wechsele damit, um stets Abwechselung in die Sache zu bringen, die hier nicht bloß zur Lust, sondern noch aus einem ganz andern Grunde nöthig wird. Ja, er kann sehr bald die leichtesten Uebungen des eigentlichen Kletterns versuchen lassen.

3. Das Klimmmen am Mast — Blatt III. A. b. ist schwieriger als an der Stange, denn ein solcher Baum, und wird er auch nur, wie ich vorschlage, von sehr mäßiger Stärke gewählt, ist dennoch nicht mehr umspannbar mit den Händen. Er ist im Boden fest eingegraben, unten 6 bis 8 Zoll im Durchmesser, 30 Fuß hoch. Er hat in unserer Verbindung zwey Ruheplätze, den einen auf der weiter unten erwähnten Wippe, den andern auf dem Querbaum. Ist dieser erst erstiegen, so hat der Turner gewonnen Spiel.

Nur dem, der an den Stangen mit aller Fertigkeit hinauf klimmt und von ihnen den Querbaum ersteigt, sey erlaubt, den Mast zu erklimmen.

Alles Klettern geht am besten bey heißem Wetter, zum Mastklimmen ist es vorzüglich erforderlich. Die Anlegung der untern Glieder ist dieselbe, wie bey der Stange, Stiefeln sind dazu die beste Bekleidung. Da der Baum zur Umspannung mit den Händen zu dick ist, so faßt man mit der einen Hand z. B. mit der Rechten den linken Unterarm. Man klettert leichter und sicherer mit entblößten Armen, denn die bloße Haut gleitet bey weitem nicht so leicht, als das Zeug des Anzugs. Ein Klimmender am Mast, wie in unsrer Zeichnung 3, schließt sich mit dem ganzen Körper am Mast an, bis er den schwächern Theil des Baums erreicht, wie oben der Turner 4.

4. Das Klimmen an der Strickleiter. Blatt III. Zeichnung A. i. — Die Strickleiter besteht aus einem einzigen, 1 Zoll und darüber starken, Hauptseile; denn es darf an dem obern Ende der Leiter nicht getrennt seyn, damit dieses Ende an der hintern Seite des Gerüstes eingehängt werden kann, wie Blatt IV. 22. dargestellt ist. Sie muß 3 bis 4 hölzerne Sperrsprossen haben und dem Seiler ist die Aufgabe zu machen, seine Arbeit so zu verfertigen, daß sich die Leiter beym Gebrauch nicht zusammendrehe und verwickele. Hat sie diesen Fehler, so ist sie unbrauchbar.

Weit schwerer als an der Stange ist es, an der schlaff herabhangenden und unten gar nicht befestigten Strickleiter hinauf zu steigen. Die Muskeln der Arme und Hände werden sehr dadurch angegriffen. Sie müssen, wenn man den Vortheil bey dieser Uebung nicht kennt, den sich stets rückwärts neigenden Körper fast allein halten. Das Benehmen bey dieser Art des Kletterns ist leicht, denn es stimmt mit dem Ersteigen einer hölzernen Leiter ziemlich überein; da aber die Strickleiter senkrecht herunter hängt, und da sie

selbst so biegsam ist: so werden die Stufen, auf welchen die Füße ruhen, von Ungeübten gewöhnlich nach vorn hinaus geschoben und der obere Theil des Körpers sinkt aus der senkrechten Stellung in eine sehr schrege Lage rückwärts hinaus; hierdurch fällt die ganze Last in die Hände und die Uebung wird so sehr erschwert, daß man auf diese Art nicht hoch steigen kann. Um dieß zu verhüten, faßt man mit den Händen stets an die beyden Hauptseile, wie in unserer Zeichnung das Bild 5, und hält den Körper auf der Leiter immer, soviel als möglich, nicht zusammengezogen, sondern gestreckt und aufrecht.

Ist die Leiter stark genug, so läßt der Aufseher 2 bis 3 auf einmal daran hinauf und herabklettern, und so lernen sie sich geschickt ausweichen. Mit Vergnügen sieht man dann oft den Einen vermittelst der Hände an einem Hauptseile der Leiter schweben, bis der Andere in der Leiter vorübergeklettert ist.

5. Das Klimmen am Seile. Diese Uebung zerspaltet sich von selbst in zwey, nämlich in die am schregen (oder wagrechten) und in die am senkrechten Seile.

a. Am Querseile. Man spanne das Seil quer, z. B. von einem Baume zum andern, oder von dem Balken c d des Klettergerüstes zu einem benachbarten Baumstamme und zwar in schreger Richtung, oder ein andermal wagrecht zwischen zwey Bäumen. In unserer Zeichnung Blatt III. A, konnte es nur noch am einen Ende des Gerüstes bey k angebracht werden. In beyden Fällen setzt sich der Turner, wie in dem Bilde 6 am Seil k dargestellt ist, an denselben in den Liegehang (oben Vorübung 4) und geht daran fort, wie beym Gehen am Reck (oben Vorübung 6) — So könnte eine ganze Reihe Wehrmänner selbst mit Gepäck und Waffen über ein Flüßchen setzen, wenn alle andere Mittel fehlten.

Die Anwendung der Beine ist bey diesem Klettern auf zweyerley Art möglich: a) gerade so wie beym Gehn am Reck, so daß die Füße, es gehe hinauf oder herab, wechselnd weiter greifen; ja man kann selbst nur Ein Bein überhängen und dieses rutschend fort bewegen; allein in beyden Fällen ist der Druck im Fortgange schmerzhaft, zumal ohne Stiefel. Die bessere Art ist b) die Sohle z. B. des rechten Fußes, legt sich platt auf das Seil und das linke Bein legt sich quer auf die Spanne des aufgesetzten Fußes. Hier fällt alle empfindliche Reibung weg. — Ich bemerke nur noch, daß es wenig Schwierigkeit habe, am schregen Seil beym Hinabklimmen, mit dem Kopf voran zu gehn.

b. Das Klimmen am senkrechten Seile oder Hangseil. Diese Uebung ist in unserer Zeichnung, Blatt III. an zwey Seilen, nämlich an l und m dargestellt, weil das Seil mit den Füßen auf zwey verschiedene Weisen gefaßt werden kann.

Das Seilklettern wird jedem, welcher an der Stange mit Leichtigkeit klimmt, sehr leicht. Die einzige Schwierigkeit liegt darin, das Seil mit den Füßen so zu fassen, daß man dadurch einen festen Unterstützungspunkt gewinnt.

Die erste Art, die von der Stange her die geläufigste ist, zeigt der Turner 7 am Seil m. Knie und Schenkel haben hierbey gar nichts zu thun, sondern man verwendet dazu ganz allein das Fußgelenk. Man setze sich einmal auf einen Stuhl und schlage die Füße nach gewöhnlicher Art im Gelenk über einander, so hat man die ganze Haltung desjenigen, der mit Hülfe der Füße am Seil hinaufklimmt. Zwischen die beyden Fußgelenke wird nämlich das Seil gefaßt und durch ei

mäßiges Zusammendrücken fest gehalten, indeß die Hände wechselnd am Seil weiter hinauf greifen. Hierauf zieht man, an den Händen hangend, auch die Füße weiter herauf, faßt damit von neuem, und klettert wiederum mit den Händen weiter.

Die zweyte, vorzüglich den Matrosen eigene Art, zeigt der Turner 8 am Seil I. Das Seil geht von den Händen des Klimmenden herab, über den einen, gewöhnlich den rechten Schenkel und zwar nicht weit über dem Knie; es windet sich um die innere Seite dieses Schenkels, die Kniekehle und Wade nach außen hinab, und legt sich über den obern Fuß nach innen, von wo an es frey hinab hängt. Tritt der andere Fuß des Klimmenden nur mäßig auf das Seil, da wo es auf dem Fuße liegt, so entsteht durch die vielfache Reibung ein sicherer Stützungspunkt. Es kommt nur darauf an, das Bein und den Fuß so zu halten, daß das Seil in seiner Windung liegen bleibt, wenn die Hände, indem der andere Fuß vom Seile zurückgezogen wird, den untern Körper hinaufziehen. Nach wenigen Versuchen lernt es sich leicht.

Folgende Bemerkungen bitte ich nicht zu überschlagen; denn sie trachten ganz dahin, dieser Uebung, welche zu einer vortrefflichen Fertigkeit führt, die jeder ohne Ausnahme sich erwerben sollte, weil sie sehr oft, namentlich bey Feuersgefahr von großem Nutzen ist, volle Sicherheit zu geben. Sie sind folgende:

a) Das Seil sey hinlänglich, d. i. wenigstens einen Zoll dick, damit die Hände nicht zu sehr überschließen: sein Oehr muß so weit seyn, daß man den Arm hinein stecken kann. Man bewahre das Seil immer an einem trocknen Orte auf, damit es nicht morsch werde. Ist es lange nicht gebraucht, so setze man es erst einmal durch den Seilkampf auf die Probe.

b) Beym Herunterklettern muß Hand um Hand abgesetzt werden, wie beym Heraufsteigen; denn wenn man mit den Händen schnell daran herunter gleitet: so werden sie beschädiget.

c) Das Seil muß, so wie die obige Stange, beym Herauf- und Heruntersteigen durchaus nicht zwischen den Beinen gehalten werden, um eine schädliche Reibung zu vermeiden, sondern wie oben gesagt ist, zwischen den Fußgelenken.

d) Der Stelle des Balkens, über welcher das Seil liegt, werden die scharfen Ecken genommen. Hier wird das Seil, wenn eine Zahl von Anfängern ihre ersten Versuche machen soll, bloß übergeworfen. Beyde Seilenden hängen herab. Das eine faßt der Turnlehrer fest in die Hand, am andern steigt der Turner aufwärts. Er steigt und steigt und kömmt nicht höher, als sein Lehrer will, denn dieser läßt das Seil immer nach. Er will nicht gleich gen Himmel klimmen lassen. Vergesse man doch nie den Grundsatz des schrittweisen Aufklimmens in allen Sachen; es ist der Grundsatz der Natur! In Kurzem ist diese Maßregel weniger und weniger nöthig, man läßt höher und höher steigen, bis sie bald ganz unnöthig wird.

6. Die Verstrickung ist noch eine besondere, hierher gehörige Uebung, die nicht bloß zum anhaltenden Muskelgebrauche anreizt, sondern auch die Geschicklichkeit in bedenklichen Lagen vermehrt. Sie ist dargestellt in dem Bilde des Turners 9 am Seile n. Das Seil muß viel länger seyn als es zur Höhe nöthig ist. Der Klimmende steigt bis zu einer mäßigen Höhe. Hier macht er Halt. Er schwenkt den rechten Fuß kreisförmig 3 bis 4 Mal um das herabhangende

Seil, so daß sich dieses dadurch um Schenkel und Bein wikkelt; so dann schlingt er es vermittelst des linken Fußes noch ein bis zwey Mal um den rechten, den er dabey hakenförmig aufwärts biegt, und tritt mit dem linken Fuße fest auf diese letzte Umwicklung. Die hierdurch zwischen dem Seile und den Füßen entstehende Reibung widersteht dem ganzen Gewicht des Körpers. Jetzt tritt er mit dem rechten Fuße darauf und ruhet wenigstens schon um ein gutes Theil. Aber er will mehr, er will ganz bequem ruhen. In dieser Absicht geht er mit den Händen ein wenig am Seile herab, wie das Bild 9 zeigt, hält sich hier mit der Rechten, neigt sich herab, und ergreift mit der Linken den Theil des Seils, welcher unter den Füßen herabhängt. Er richtet sich wieder empor und schlingt diesen Theil einige beliebige Mal kreuzweis um die Schultern, die Hüften, und um das Seil selbst, bis er fest genug verstrickt ist.

Zusatz. Strickleiter und Seil müssen an- und abgehängt werden. Man kann dieß vom untern Standplatze des Gerüstes aus thun, oder eine Leiter dazu gebrauchen. Gibt man aber dem Seile oder der Strickleiter ihre Stelle in der Nähe der senkrechten Stange, so kann man beyde an dieser kletternd mit hinauf nehmen, die Strickleiter in den Haken hängen, das Oehr des Seils überwerfen und mit herab bringen, um unten das entgegengesetzte Ende einzuöhren. Es versteht sich, daß das Seil für diesen Fall doppelt so lang ist, als die Höhe des Querbaums am Gerüste. Um das Seil nach dem Gebrauche wieder loszumachen, kann man gleichfalls an der Stange hinauf gehen, das Oehr fassen und herabziehn. Oder man steigt an dem Seil selbst hinauf, faßt mit der einen Hand ins Oehr, mit der andern darüber. Unten hält der Turnlehrer das Seil und läßt den Turner der am Oehr hängt, gemächlich damit herab.

7. Das Klimmen auf Bäumen. Wir übten bisher an untrüglich festen Geräthschaften, daher bey guten Vorübungen keine Gefahr. Ganz anders ist es auf Bäumen. Die Zweige sind oft ganz unsichere Stützen; die Natur der Holzart kömmt in Betracht, daher verdient diese Art des Kletterns bey den Anfängern sorgsame Wachsamkeit des Aufsehers. Das Hinaufklimmen am Stamme ist ganz gefahrlos; mit dem Ersteigen des ersten Zweiges wächst die Gefahr so wie auf der andern Seite die Leichtigkeit der Uebung. Ich gebe folgende Vorsichtsregeln. 1) Der Uebungslehrer läßt anfangs nur immer ganz niedrig klettern, so daß er die Bewegungen des Turners genau beobachten kann. Hier wird er bey ihm stehen und ihn vor diesem und jenem Zweige warnen, er wird ihm immer die wichtige Regel geben, sich beynah ganz allein auf die Hände, weit weniger auf die Füße zu verlassen, weil sie leicht von den Zweigen abgleiten. 2) Es wird nicht zugeben, auf entlaubten Bäumen zu klettern, weil hier die erstorbenen Zweige unkenntlicher sind.

Unter diesen Umständen wächst die Einsicht des Turners nach und nach mit seiner Geschicklichkeit und mit seinem Muthe. Er geht bald von seinem Baume auf den nahestehenden, und so auf einer ganzen Reihe fort. Ist er am Seile gut geübt, so klettert er nicht immer am Stamme hinauf und herab, sondern er faßt jeden hinlänglich starken, bis zum Erreichen herabhängenden Zweig und windet sich an demselben mit den Händen hinauf und herab.

Der Starke und Gewandte braucht selbst den Sprung, um das langsame Aufsteigen am Stamme zu vermeiden. Nach kräftigem Anlauf gewinnt er im Aufsprunge einen Zweig, der beträchtlich über der Höhe seiner Fingerspitzen stehet, mit seiner Rechten allein. Er faßt ihn nicht fern vom Stamme, augenblicklich greift auch die Linke hinan und die Füße, die

kaum erst den Sprung gemacht, schwingen sich aufwärts. Sprung und Ersteigung ist hierbey fast Eins. *)

Zum Vergnügen, und vorzüglich um die Fertigkeit der Turner zu prüfen, führt sie der Aufseher bisweilen unter eine große Baumgruppe; er zählt bis 15, und indeß muß jeder an einem Baume so weit hinauf geklimmt seyn, daß er von der Ruthe des Aufsehers nicht mehr erreicht werden kann. Alle strengen sich, unter vielem Gelächter, ganz vorzüglich an, um der Ruthe zu entgehn.

II. Das Klimmen vermittelst der obern Glieder allein.

Diese Uebung ist eine der schönsten und zweckmäßigsten zur Stärkung aller Muskeln der Brust, der Arme und Hände, sie ist ein wahrer Probierstein der Kräfte dieser Glieder, und gibt den Zuwachs derselben auf eine sehr sichere Art an. Nur bisweilen findet sich ein Knabe, der schon in seinem achten und neunten Jahre im Stande ist, sich durch die Hände allein ein wenig an dem Seile oder der Stange hinauf zu arbeiten. Gewöhnlich kommt erst im vierzehnten Jahre der Zeitpunkt, wo die Arme so viel Kraft erlangen. Man treibe nicht zu früh dazu. Die besten Vorübungen sind die obigen unter 2 und 7, nämlich das Heben und Handgehen. Die Uebung selbst läßt sich anstellen an der Leiter (ist schon oben berührt) an der Stange und am Seil, sowohl am schregen als senkrechten.

1. An der Stange ist diese Uebung vielleicht noch leichter, als an einer hölzernen Leiter; denn bey dieser hängt

*) So erklimmten hiesige Turner, bey 5′ 6″ Leipz. eigener Größe, im vorigen Jahre häufig Zweige von 9′ Höhe.

die Person frey herab, bey der Stange liegt die eine Seite des Leibes an, und dadurch entsteht wohl eine kleine Erleichterung; mehr noch in dem Umstande, daß bey der Leiter die Weite des Hinaufgriffs durch die nächste Sprosse bestimmt ist, bey der Stange nicht. Man fange daher diese Uebung lieber bey der Stange an.

a) An der schreg angelehnten Stange. Wer am Reck schon das Handgehn geübt hat, ist vorbereitet genug zu dieser Uebung. Den Gebrauch der Hände werde ich sogleich bey der senkrechten Stange angeben. Möglichst ruhig sey bey diesem Klimmen die Haltung der untern Glieder.

b) An der senkrechten Stange. Die Haltung des Körpers, wie man sie an der Stange f des Klettergerüstes in dem Bilde 10 sieht, ist gut. Die Füße sind gestreckt, und müssen in dieser Lage vollkommen ruhig bleiben. Zu erlauben ist es aber durchaus nicht, die Knie dabey zu krümmen, mit den Füßen in die Luft zu stampfen und die Stange zwischen die Schenkel kommen zu lassen. Die vollkommenste Haltung bleibt aber, die Stange an der äußeren Seite des einen Schenkels zu haben und die Beine völlig geschlossen und ausgestreckt zu halten.

Die Arbeit der Hände kann nach zwey Arten geschehen. Nach der ersten heben beyde gleichzeitig den Körper, und schnell greift sodann die untere über die obere hinauf, indeß letztere die Last auf einen Augenblick allein trägt; dieß ist der doppelhändige Hub; und dieser ist der gewöhnliche. Nur Anfängern bleibt es hierbey erlaubt, die eine Hand mit der andern nicht zu übergreifen, sondern immer die eine

unter der andern zu behalten, und eine der andern gleichsam nachrutschen zu lassen. Nach der zweyten hebt jede Hand den Körper allein, und frank und frey greift die andere weiter hinauf, um an der gewonnenen Stelle wiederum allein zu heben. Dieß setzt sehr viel Uebung und ungemein viel Armkraft voraus. Wir möchten sie den einhändigen Hub nennen.

2. Am Seil. Man mache die ersten Versuche am schreg aufwärts gespannten Seile. Weil hier das Hinaufgreifen viel leichter wird. Später gehe man zum senkrechten Seile über. In den Handgriffen ist durchaus nichts Zweifelhaftes, was ich hier zu berühren hätte, beym senkrechten Aufklimmen ist das ganze Verfahren völlig so wie bey der Stange. Ruhiges Verhalten des ganzen Körpers gehört zur echten Ausführung dieser Uebung.

Hier am Ende dieser sämmtlichen Klimmübungen bemerke ich noch, daß alle diejenigen, bey denen mehr Kraft als Geschicklichkeit erfordert wird, nie lange hinter einander getrieben werden müssen. Nur langsam wächst die Kraft, nicht bloß an Uebung, sondern auch an natürliche Entwickelung des Körpers ist ihr Wachsthum gebunden. Man nehme dergleichen Uebungen daher oft vor, aber nicht lange.

B. Das Wipp-Klettern.

Das keckste und muthigste von allen Klimmen ist bekanntlich das des Matrosen. Ueber ihn hinaus schwankt der gewaltige Mast, seinem Schwanken folgt das an ihn geknüpfte, flüchtige Tau, die Strickleiter; und dennoch arbeitet sich die kraftvolle Faust des nervigen Meerbeherrschers an diesen hin-

auf, erklimmt die Rahen, den Mastkorb und schaut in di schäumenden Wellen.

Eine, wenn auch nur schwache Nachahmung gibt a unserm Klettergerüste die Wippe o p *), eine starke Stange die in dem Pfeiler a und an dem Maste h gut befestiget ist Der Querbaum c d des Klettergerüstes, der ohne Wippe sic bey d endigen würde, läuft von d an nach 22 F. weit in di Luft hinaus, geschält — aber unbehauen, wie er gewachsen Von geübten Kletterern kann auch dieser Theil noch zum Klet tern benutzt werden. Sein Zweck bey der Wippe ist Sicher rung, daher bey p die Verknüpfung der Wippe mit diesem Sicherungsbalken vermittelst eines starken Strickes, der aber um die Bewegung der Wippe frey zu lassen, nicht ange strammt seyn darf. Sein Ende hängt von p herab, um wenn man will, die Wippe in stärkere Bewegung zu setzen.

An der Wippe hängt Seil und Strickleiter zum Klim men. Alles übrige lehrt der Augenschein und der Maßstab Es versteht sich von selbst, daß nur die geübtesten Klettere zu dieser Uebung gelassen werden. Anfänglich bleibt die Wipp bloß ihrer natürlichen Bewegung überlassen, später kann man sie mehr und mehr in Bewegung setzen. In Seegegenden ist dieses Wipp-Klettern ohne Zweifel als Vorbereitung zum Seedienst sehr nützlich.

B. Steigübungen.

Ueber den Zweck dieser Uebungen habe ich mich oben erklärt. Weder besondere Kraft, noch Geschicklichkeit kömmt

*) Den ersten Gedanken hierzu erhielt ich vor Kurzem von dem patriotischen Faust in Bückeburg. Er sandte mir den Riß von einem Gerüste mit 8 Wippen. Ich verbinde hier nur Eine dergleichen Wippe mit dem Klettergerüst.

dabey sonderlich in Anschlag. Furchtlosigkeit, ein muthiges Herabschauen des Auges von hohen Standpunkten ist ihr Zweck; das Mittel Gewöhnung; das Uebel, was vermieden werden soll, Nervenschwäche, Furcht, Schwindel. Das oben angegebene Steiggerüst soll die Gelegenheit geben zur Gewöhnung.

Bey der ländlichen Jugend wird der Turnlehrer hier wenig Schwierigkeiten finden; mit weit mehr Vorsicht bey derjenigen städtischen zu Werke gehen müssen, welche durch Erziehung schon sehr geschwächt, eingeschüchtert und furchtsam geworden ist. Dieß ist zum Glück nur der geringere Theil. Ist dieser durch obige Klterterübungen hinreichend gestärkt, auch dreister geworden im Erklimmen der Stange und auf der Leiter geübt, so kann er den ersten Standplatz besteigen. Hat man sehr Furchtsame, so ist selbst das völlige Ersteigen der Stange noch kein sicherer Beweis, daß sie ihre Furchtsamkeit verloren haben; denn in diesem Umklammern der Stange findet auch der Furchtsamste eine Sicherung, die ihn furchtlos macht; aber darum ist er es noch nicht im freyeren Stande auf der Leiter oder dem Standplatze. Einen solchen lasse man nur nach und nach die Leiter höher besteigen, sich jedesmal wenden und auf eine Sprosse setzen, um auf längere Zeit herab zu schauen und sich an den Blick in die Tiefe zu gewöhnen. Ersteigt er endlich die Stange f so, daß er sich furchtlos, reitend oben auf den Balken c d setzt und lustig herabschaut, so mag er auch ohne Bedenken auf dem untern Standplatze stehn und verweilen. Derjenige aber, welcher von der Stange, der Strickleiter und dem Seil furchtlos denselben Balken reitend besteigt, und die Fahne des Mastes schwenkt, kann auch ohne Bedenken den obern Standplatz ersteigen. —

Jeder sieht von selbst, daß in dergleichen Angaben viel Schwankendes liegen muß; das Nichtschwankende liegt in der verständigen Einsicht des Turnlehrers und in seinem Ermessen der Person, dessen, mit dem er's zu thun hat. —

Unserm Klettergerüst scheint noch ein Gegenstand zu fehlen, nämlich die senkrechte Letter; allein sie ist ganz unnöthig; wer obige Uebungen gemacht hat, ersteigt sie sicher und gewiß ohne alles Bedenken; ja die Landjugend kennt sie längst von der Tenne her.

Das Ringen.

Der Nutzen des gut eingerichteten und gemäßigten Ringens erstreckt sich auf den ganzen Körper; alle Glieder werden dadurch geübt, alle Muskeln werden angestrengt, die Brust nicht wenig gestärkt, und der Umlauf der Säfte befördert. Wenn es übrigens ausgemacht ist, daß wir den Geist der Jugend mit Geduld, Standhaftigkeit und Muth ausrüsten sollen, so ist keine Uebung bequemer dazu, als das Ringen. Dennoch ist sie, durch Uebertreibung in Rauferey verwandelt und häufig zu einem Schauspiele grausamer Art herabgewürdigt, in alter und neuer Zeit in tiefe Verachtung gerathen. Allein aus den Uebertreibungen einer Sache folgt bekanntlich nicht, daß sie an sich selbst verachtungswürdig oder schädlich sey; und wenn es möglich ist, das Ringen als ein Mittel zu gebrauchen, welches die Gesundheit stärkt, den Körper stark und geschickt macht, den Muth hebt; wenn es dabey nicht nothwendig ist, in jene Uebertreibungen zu verfallen, oder dem Geiste der Jugend eine falsche Wendung zu geben: so bleibt es auch für uns noch schätzbar. Meine Erfahrung bestätigt dieß Alles, ich nehme daher gar keinen Anstand, diese Uebung zu empfehlen.

Kennen muß aber der Turnlehrer die Geister, und keine Schule in der ganzen Welt gibt ihm dazu eine solche Gelegenheit, wie der Uebungsplatz; kennen nicht bloß, sondern beherrschen durch seine sittliche Kraft, die überhaupt das Ganze zu durchdringen hat. Das Ende jedes Kampfes sey so friedlich und freundlich wie der Anfang. Darum ist's durchaus nöthig, immer nur Freywillige hinzuzulassen. Den zu Reizbaren, welcher, wenn er dem äußeren Kampfe unterliegt, den inneren noch viel weniger zu bestehn vermag, den weise er gütlich zurecht, er lehre ihn, daß Selbstbeherrschung mehr sagt, als Muskelbeherrschung, und schließe ihn mehrmals aus ꝛc. Welch eine schöne Schule der Sittlichkeit kann der Turnplatz werden, wenn man will. —

Die ganze Lehre von den Leibesübungen hat nicht eine einzige aufzustellen, welche alle Muskeln und Glieder so allgemein in Anstrengung brächte und keine, welche zugleich unter dem schnellsten Wechsel bald diese, bald jene Muskeln und Glieder in Anspruch nähme, als das Ringen. Im Grunde dienen ihm daher alle übrigen Körperübungen als vorläufige Hülfsübungen. — Indeß lassen sich mehrere besondere Kraftäußerungen des menschlichen Körpers als das Heben, Tragen, Ziehen, Schieben, Stoßen, als Grundübungen des Ringens betrachten. Wir heben nur das Zweckmäßigste hiervon aus und übergehn mit Recht alles Andere, theils weil das tägliche Leben, zumal das ländliche, zu Anstrengungen dieser Art hinlängliche Gelegenheit gibt; theils weil ein Turnplatz nicht mit Geräthschaften überladen werden darf.

Vorübungen.

1. Das Heben. Das strenge Heben, wodurch diese Muskeln und Gelenke mächtig gedehnt, jene zusammengedrückt werden, empfehle ich dem zartern, jugendlichen Men-

schen nicht vorzugsweise; man weiß warum. Freylich kann man ein Ding von mehreren Seiten betrachten und ganz entgegengesetzte Schlüsse daraus bilden. Ich glaube, es sey genug, diese gewöhnliche Kraftanwendung dem täglichen Leben zu überlassen.

Aber zur Stärkung der Hände und Arme möchte ich das Heben mit ausgestrecktem Arme empfehlen. Die Springstäbe können als Gerärhschaft hierzu dienen. Unter gerader Ausstreckung des Armes faßt bald die Rechte, bald die Linke den Stab an dem einen oder andern Ende und sucht ihn vom Boden aufzuheben. Die Kraft wächst; hat man anfangs nur mit den kürzern Stäben die Uebung gemacht, so wagt man sich dann schon an längere. Endlich nimmt man in jede Hand einen Stab und übt sich so auf beyden Seiten. Die Sache ist zu einfach, als daß es nöthig wäre, mehr hinzuzufügen. Nur aus eigener Erfahrung muß ich bemerken, daß die Kraft der Hand und des Arms, wenn nur von Zeit zu Zeit mit dieser Uebung fortgefahren wird, durch dieses einfache Benehmen auffallend wächst.

Zur genaueren Bestimmung der wachsenden Armkraft erdacht' ich einst den Hebel, Blatt IV. Zeichn. 23. Von b bis c können 60 bis 65 rheinl. Zoll seyn. Bey b beträgt die Dicke einen kleinen Zoll, die Breite von der untern Kante bis zur obern, die mit Einschnitten versehn ist, $1\frac{1}{2}$ Zoll. Von b nach c hin ist der Stab etwas verjüngt gearbeitet, nicht bloß in der Breite, sondern auch in der Dicke. Eben so ist er oben bey den Einschnitten nicht so dick, als an der untern Kante. Jene Einschnitte sind von Zoll zu Zoll gemacht. Der Handgriff a b ist gut 5 Zoll lang. d ist ein Pfund Leipz. Gewicht, das man bald mehr, bald weniger vom Handgriffe entfernen, und durch welches man auf diese Art die zu hebende Last vermindern oder vermehren kann.

Man muß zwey dergleichen Hebel haben, um beyde Arme zugleich zu üben. Die hebende Person stellt sich bey dieser Uebung anständig, gerade mit frey hervorstehender Brust. Sie faßt beyde Hebel mit steif ausgestreckten Armen, wobey die Enden der Hebel am Boden liegen, bis die Gewichte in die beliebigen Einschnitte gehängt sind. Dann hebt sie beyde zugleich bis etwas über die wagrechte Linie langsam auf und läßt sie eben so wieder nieder sinken. Das Gewicht wird bey Wiederholung dieser Uebung in den Einschnitten immer weiter nach e fortgehängt, so lange es die Kraft der Arme erlaubt. Starke Knaben von 14 Jahren lernten die Gewichte bis zum Einschnitte 50, 60 heben.

2. Das Ziehen.

a) Hand und Schulterzug wird als bloße Vorübung am besten nur von zwey Gegnern angestellt, weil ein jeder auf diese Art am eifrigsten sich bestrebt, alle Vortheile, die aus der Stellung des Körpers oder aus den mancherley besonderen Beschaffenheiten des Bodens herrühren, genau kennen zu lernen, auch findet so keiner Gelegenheit, sich hinter die Kraft anderer zu verstecken, jeder hat für sich ganz allein zu stehn und kömmt zur Einsicht, was er gegen einen andern vermag oder nicht.

Zwey treten daher als Gegner auf den Platz. Ein langer Strick, besser ein stärkeres Tau wird an seinen Enden hier von diesem, dort von jenem fest gefaßt, und auf ein gegebenes Zeichen beginnt aus allen Kräften das Ziehen, und dauert so lange, bis der eine von dem andern so fort gezogen wird, daß es ihm unmöglich ist, ferner Stand zu halten. Zur Abwechselung und selbst zur Mitwirkung anderer Körpertheile ist es nützlich,

nicht immer bloß mit den Händen ziehen zu lassen. Will man, was das Zweckmäßigste ist, Schultern und Nacken zugleich mit gebrauchen, so werfe man das Seil über die eine Schulter, ziehe es quer über den Rücken unter dem ziehenden Arm durch und fasse es hier mit der Hand. Man sehe Blatt II. Zeichn. L. Will man noch mehr thun, so gebe man jedem Ende des Seils einen Gürtel, der über die Schulter genommen werden kann.

Die vortheilhafteste Stellung beym Ziehen ist einzig nur die von der Seite, das findet augenblicklich jeder Anfänger. Mit der Brust lasse man nie ziehen. Neben an lernt der Turnlehrer die Kraft seiner Gesellschafter kennen, dieß wird ihm für die künftige Turnübung nützlich seyn.

b) Hebzug. — Die Turner sollen ihre Kraft gern und mit Freuden aufbieten. Schon darum ist Abwechselung nützlich. Um einen lustigen Kampf zu veranstalten, fassen wiederum nur zwey an die Enden des Seils. Allein jetzt geht dieß über eine Rolle, welche 8 bis 9 Fuß hoch, gut befestigt ist. Man sehe Blatt II. Zeichn. M. Das Seil muß lang genug seyn. Die Gegner stemmen sich gewaltig an; lange drehet wohl die Rolle sich bald so, bald so herum; endlich aber wird der eine mächtiger, immer näher zieht er den Gegner der Rolle, und je näher dieser ihr kömmt, um so mehr geräth er aus dem Vortheile des Ziehens, bis endlich gar die Füße den Boden verlassen, was aber so leicht nicht zu bewerkstelligen ist als es scheint. —

Gesetz: — Das einmal gefaßte Seil darf keiner los lassen; auch nicht beym Gebrauch der Rolle, wenn der Besiegte schon schwebt; aber auf seinen Zuruf: Halt! läßt der Gegner nach. Ferner, so lange die Füße den

Boden noch berühren, ist der Sieg nicht entschieden. Will man aber weniger streng gehn; so ist es schon hinreichend, den Gegner bis unter die Rolle zu bringen.

3. Das Ringen um einen Apfel oder Stab. Um besonders den Händen die Kraft zu verschaffen, sich fest zu zuschließen, wird ein Apfel oder etwas Aehnliches hineingefaßt. Einer macht den Versuch, ihn dem andern herauszuwinden. — Will man die Arme etwas mit in Anspruch nehmen: so wählt man, statt des Apfels, einen glatten, runden, 3 Fuß langen Stab. Die Entscheidung des Sieges ist leicht abzusehen. — Genug der ersten Grundlagen für die Hauptübung, zumal da diese selbst an dem Einfachern und Leichtern zum Schwerern und Verwickeltern aufsteigt. *)

4. Der leichte Kampf oder das Fortdrängen. — Diese Art des Ringens besteht bloß in einem Fortdrängen des Gegners, und es darf dabey nie niedergeworfen werden. Sind die Gegner feuriger Natur, so ist die erste gegenseitige Ergreifung oft ein zu heftiges Zusammenprellen, das man dadurch verhütet, wenn man diese erste Ergreifung unter ruhiger Verabredung so vollzieht, daß sie beyden gleiche Vortheile gewährt. In diesem Falle besteht der regelmäßigste Griff in einem Verschränken der Arme, bey welchem die Gegner sich wechselseitig mit den Händen an den Oberarmen, dicht neben der Schulter, und zwar beyde mehr an den innern als an den äußern Seiten der Arme, fest fassen.

*) Ich übergehe hier das Tragen, die Rückenprobe, das Schieben und Stoßen; denn fast zu allen diesen Uebungen gehören eigene Geräthschaften. In meiner Gymnastik sind alle genau beschrieben, auch sind sie daraus ins Jahnsche Turnbuch aufgenommen. Für meinen gegenwärtigen Zweck halte ich sie für weniger nöthig.

Man siehe Blatt II. Zeichn. N. Doch ist diese Verabredung des ersten Angriffes nicht immer nöthig.

Die Stellung der Beine ist hierbey immer so, daß man auf dem einen vorliegt, indeß das andere mehr zurück steht. Gewöhnlich stellen beyde gleichzeitig das rechte, oder das linke Bein vor, doch ist dieß der Abwechselung unterworfen, die von so mancherley Zufällen abhängt, daß sich darüber nichts bestimmen läßt, wodurch ein Vortheil zu erlangen wäre. In dieser Lage haben beyde gleiche Vortheile, wenn sonst der Boden wagrecht und gleichartig ist.

a) Besitzt A wirklich so viel Kraft, in der obigen Stellung, den sich stets entgegenlehnenden Gegner B fortzudrängen, und dieß so lange fortzusetzen, bis dieser, aus dem Winkel der Gegenstemmung herausgeworfen, eine senkrechtere Stellung annimmt: so hat er fast immer gewonnenes Spiel, wenn er den B so schnell als möglich und in verdoppelten Schritten zurückdrängt. Denn B kann nicht so schnell rückwärts schreiten, als A vorwärts auf ihn eingeht; B muß daher hinten überfallen, oder, weil er es hier zu gewiß nicht kommen läßt, sich umwenden, um die Flucht zu ergreifen. Dann darf A nur schnell seyn, um den B, ehe er sich etwa von neuem setzt, in den Rücken zu fassen u. s. w. —

Die oben angegebene Stellung wird übrigens häufig abgeändert. Unter diese Abänderungen gehört vorzüglich auch die, dem Gegner mehr die eine Seite und zwar so tief und schreg, als es gehen will, entgegen zu stellen; im Grunde wird demselben hierdurch eine Blöße gegeben, die er leicht benutzen kann; denn das Darbieten einer Schulter ist mit der halben Darbietung des Rückens verbunden. Rücken bloß gibt verlornes Spiel.

Wie leicht faßt der Gegner beyde Schultern und gibt dem Entgegenstemmer die Wende.

b) Hat hingegen A nicht soviel Kraft, den Gegner aus der Stelle zu bringen, so bleibt ihm noch ein überwiegender Vortheil übrig, der darin besteht, dem B in den Rücken zu kommen, um ihn von hinten her an den Armen fest zu fassen. Kann er hierzu gelangen, so wird er ihn mit leichter Mühe fortdrängen und sicher den Sieg erhalten. Ist B sehr langsamer Natur und A flink genug, so glückt es ihm vielleicht, mit großer Schnelligkeit um B herum zu springen, um ihn von hinten zu fassen. Leicht ist dieß eben nicht. — Oder er läßt sich darauf ein, den B schleunig herum zu drehen und ihn dann von hinten zu fassen. In diesem Falle wird er der Schulter seines Gegners, und zwar der Schulter derjenigen Seite, deren Bein B vorstreckt, einen heftigen und schnellen Ruck geben, und mit der andern Hand in eben dem Augenblicke die andere Schulter, oder deren Oberarm an sich ziehen, um dadurch den Gegner wenigstens etwas zu wenden und ihn dabey desto leichter umschreiten und im Rücken fassen zu können.

c) Ich kenne außer manchen andern Kunstgriffen, die hier keine Anwendung leiden, noch einen, der wohl zu erlauben, und dann anzuwenden ist, wenn die erste gegenseitige Ergreifung nicht nach Verabredung geschieht, sondern dem Zufalle überlassen wird. Anstatt den Gegner B bey beyden Armen zu fassen, erwartet A vielmehr, daß er gefaßt werde. Indem aber jener auf ihn eindringt, weicht A auf diejenige Seite ein wenig aus, deren Bein B nicht vorstreckt. Hier ergreift er unerwartet und schnell den Arm des B und reißt ihn so an sich weg, daß ihm der Rücken desselben Blöße gibt.

d) Eben so ist es ein erlaubter Kunstgriff, wenn A, der des Gegners Oberarm gefaßt hat, sich zu bestreben scheint, als wolle er ihn rechts herumdrehen; im Nu aber diese Richtung in die entgegengesetzte verwandelt und kraftvoll links dreht.

5. Der halbe Kampf oder das Heben.

Erste Art: Die Hauptsache besteht darin, den Gegner zu umfassen, und ihn vom Boden, so viel es seyn kann, aufzuheben. Wenn sich Beyde wohl in Acht nehmen, so dauert es lange, ehe einer den andern faßt, denn jeder thut alles Mögliche, den Gegner abzuhalten, damit er ihn mit den Armen nicht umspanne. Der Anfang wird daher gewöhnlich mit dem eben beschriebenen, leichten Kampfe gemacht. Man drängt sich so lange vor- und rückwärts, bis sich Gelegenheit zeigt, den Gegner zu umfassen, und ihn dann aufzuheben.

Der vortheilhafteste Griff ist der, wenn A den Gegner von hinten umfaßt und ihn dann festhält. Freylich ist dieß auch schwieriger, wie man aus dem Obigen schon weiß. A muß folglich erst die Mittel versuchen, den B zu wenden, um ihn von hinten beyzukommen. Weniger sicher ist es aber, ihn von vorn zu nehmen; denn er kann hier noch immer seine Hände gegen A stemmen, den Leib einbiegen und so entschlüpfen, ehe er gehoben wird. Sehr vortheilhaft scheint es zwar, die Arme des Gegners von hinten her zugleich mit zu umfassen, denn alsdann ist er wie eingewindelt; aber er kann sich dann auch leichter los machen; nämlich B wird vielleicht mit beyden Armen so stark auseinander drängen, daß die Umspannung des A dadurch zersprengt wird. Leicht ist das nicht aber es geschieht doch nicht selten.

Eine weit kühnere Art des Aufhebens, die den ausgelernten Ringern wohl schon seit den ältesten Zeiten bekannt war, muß ich hier noch angeben, da sie mir nichts Widriges zu enthalten scheint. Wenn A gleich bey der Eröffnung des Angriffs, oder auch in der Fortsetzung desselben, in einem günstigen Augenblicke, mit seiner Rechten die Linke seines Gegners im Handgelenke ergreift, zugleich im Vorschritte mit seinem eigenen linken Beine, sich niederbeugt und mit seiner linken Hand das Kniegelenke des B umfaßt: so wird er ihn unter kräftigem Zurückziehen seiner Hand leicht auf die Achsel bringen und nicht bloß heben, sondern gar forttragen können. Zeichn. O, Blatt II. gewährt eine nähere und sehr genaue Anschauung dieses Benehmens.

Zweyte Art: — Sie läuft fast auf dasselbige hinaus. A läßt sich von B freywillig um die Mitte des Leibes fassen. B schlägt beyde Arme und Hände um ihn und verschränkt die Finger. So hält er ihn fest und A muß suchen los zu kommen. Dieß wird er am besten dadurch zu Stande bringen, wenn er seine Hände und Unterarme zwischen seinem Leibe und des B Armen durchsteckt und dann dessen Hände auseinander drängt. Macht sich A los, so ist er Sieger; im andern Falle ists B. Diese Uebung ist zur Stärkung aller Muskeln, besonders des Rückens sehr zweckmäßig. Ich kann diese beyden, höchst unschuldigen Arten des Ringens 4 und 5 (den leichten und den halben Kampf) nicht genug empfehlen; sie entsprechen ganz vorzüglich unserm Zwecke der Leibesübungen und können auch da geübt werden, wo kein weicher Boden ist.

6. Der ganze Kampf oder das Niederlegen.

Er hat das Niederlegen des Gegners zum Zweck. Es kommt dabey auf Verabredung an, ob der Sieg entschie

den werden soll, a) durch bloßes einmaliges Niederlegen, oder b) durch mehrmaliges, oder c) durch Festhaltung des Gegners am Boden. Der erste Fall ist der leichteste. Im zweyten Falle sind oft 3 Gänge zur Entscheidung nöthig; denn wenn z. B. A den B einmal wirft, aber hierauf im zweyten Gange B den A, so kann erst der dritte Gang die Entscheidung des Sieges ausmitteln. Der dritte Fall ist noch schwieriger, es kommt hierbey nicht bloß darauf an, den Gegner zu werfen, sondern auch auf völlige Bändigung desselben. Nur diese letzte Art verdient den Namen des ganzen Kampfes; jene ersten sind nur anfängliche Stufen desselben.

Ueber das Benehmen der Ringer läßt sich im Allgemeinen wenig sagen. Es versteht sich von selbst, daß jeder darauf denkt, seinen Gegner im ersten Angriffe auf die vortheilhafteste Art zu fassen, um ihn desto schneller zu werfen. Sind aber beyde gleich vorsichtig und gleich gewandt, so werden sie zuerst von selbst in den obigen leichten Kampf oder das bloße Fortdrängen gerathen, und hier den günstigen Augenblick zu finden suchen, wo der Gegner eine Blöße gibt, die es möglich macht, ihn zu werfen.

Dieß kann auf sehr mannigfaltige Art geschehen. Alle jungen Leute finden hier bald ihre Handgriffe. Ich selbst darf von einer beträchtlichen Menge der Kunstgriffe eines kunstfertigen Ringers nur nach höhern Grundsätzen auswählen.

a) Wenn bey der Armverschränkung (Zeichn. N.) der eine Ringer, wir wollen ihn A nennen, mit beyden Händen den, an den Oberarmen oder Schultern gefaßten Gegner B nach der linken Seite hinüber zu drücken strebt, so wird B alle Kräfte dagegen anwenden und rechts streben, um nicht links zu fallen. Läßt ihn A hierin

etwas sicher werden, ändert aber dann mit einem Male die Richtung seines Druckes ab, d. i. drücket plötzlich rechts: so ist es leicht möglich, daß B rechts fällt.

b) Macht A plötzlich seinen rechten Arm frey, drängt sich mit seiner rechten, vorgedrehten Seite näher an B, tritt zugleich mit seinem rechten Beine hinter des Gegners linkes Bein, und umfaßt mit dem rechten Arme des Gegners Brust: so wird er ihn leicht hinter- oder seitwärts drücken, so daß B über das Knie des A fällt.

c) Auf ähnliche Art kann A, am besten im Angriffe, aber auch in der Folge, mit Schnelligkeit unter des Gegners linkem Arme durchschlüpfen, in demselben Augenblicke sein rechtes, im Knie gebogenes Bein zwischen die Beine des B setzen und seinen rechten Arm auf den Rücken desselben anlegen, oder ihn im Bunde heben: so muß B über des A Knie niederfallen.

d) Hat B sein rechtes Bein im Angriffe vorstehen, so kann A mit seiner Rechten dieses Bein im Kniegelenke fassen und B muß sinken, wenn A mit seiner Linken dessen rechte Schulter seitwärts oder rückwärts überdrückt. Ist endlich einer, es sey B, geworfen, so muß er bey dem ganzen Kampfe auch völlig waffenlos gemacht, das ist, so am Boden gehalten werden, daß er augenscheinlich nichts mehr machen kann. Gewiß ist dieß erreicht, wenn B, auf dem Rücken liegend, von A überkniet und an den Oberarmen am Boden niedergehalten wird. Ist diese Lage hervorgebracht, so kann man unbedenklich den Sieg entscheiden. Darum aber hat sich der fallende B sehr zu hüten, nicht auf den Rücken zu kommen; er wird selbst schon im Fallen alles Mögliche thun, um sich schnell zu wenden.

7. Der zusammengesetzte Kampf ist von allen der schwerste; denn bey allen jenen Arten war das bestimmt, was geschehen sollte; jeder wußte, worauf der Gegner es anlegte, aber hier ist es nicht so. Alle drey Arten des Ringens vereinigen sich zur vierten. Beyde Ringenden legen es unaufhörlich darauf an, sich fortzudrängen, vom Boden zu heben, niederzuwerfen, am Boden festzuhalten, ohne daß der Gegner es weiß, was der Andere in diesem Augenblicke vornehmen willens ist; er muß folglich seine Achtsamkeit und Geistesgegenwart, seine Geschicklichkeit, seine Kraft verdoppeln, um ihm die gehörige Wehr augenblicklich entgegen zu setzen. Wer zuerst ermattet, ist des Sieges verlustig.

Folgende Kampfgesetze möchte ich empfehlen:

1) Der erste Angriff kann, wie schon oben bemerkt worden, entweder nach Verabredung geschehen, oder dem Zufalle überlassen bleiben. Im letzten Falle darf doch der gegenseitige Ausfall der Ringenden, die ein Paar Schritte von einander stehen, nicht mit zu rascher Hitze geschehen; er sey vielmehr nur Hand- und Armkampf.

2) Es darf weder bloß am Zeuge, noch an den Haaren, sondern es muß immer nur am ganzen Leibe oder seinen Gliedern angefaßt werden. Hals, Kopf, Gesicht und gewisse andere Theile sind unantastbar.

3) Stoßen, Schlagen, verdrehen einzelner Theile, alles dieß ist gegen die Gesetze des friedlichen Ringens. —

4) Ueberall, wo sich der Sieg nicht von selbst entscheidend ausspricht, sind die umstehenden Turner Kampfrichter und entscheiden die Zweydeutigkeit nach Stimmenmehrheit. Sie haben das Recht, Beyfall zu geben, aufzumuntern, Gesetzlosigkeiten während des Kampfes

schnell zu rügen; allein keiner ist befugt, die Handgriffe der Ringenden zu leiten. Bey dem leichten Kampfe entscheidet das Zurückdrängen nur dann, wenn der Gegner offenbar nichts mehr dagegen ausrichten kann; bey dem halben Kampfe das Heben nur dann, wenn er nicht im Stande ist, sich davon frey zu machen; bey dem ganzen Kampfe das Niederwerfen entweder nur dann, wenn der Eine mehrmals geworfen ist, als der Andere, oder wenn A den B wirft, ohne selbst zu fallen; das ist, wenn er auf den Füßen stehen bleibt und den Boden höchstens nur mit den Händen zur Stützung berührt; oder endlich, wenn einer am Boden so fest gehalten wird, daß er nichts mehr unternehmen kann. Endlich entscheiden diese Festsetzungen auch einzeln bey dem zusammengesetzten Kampfe.

Vorsichtsregeln: a) Der Boden sey lockerer, tiefer Sand. — b) Alle überflüßige Kleidung wird abgelegt, alle harten Sachen werden aus den Taschen, Steine vom Platze entfernt.

Turnübungen.

1. Der Seilkampf. — Eine der angenehmsten Uebungen des Turnplatzes. Sie erfordert ein zuverlässiges und hinlänglich langes Seil. Der Turnlehrer theile die Gesellschaft in zwey Partheyen. Er kennt seine Leute von der Vorübung her hinreichend, um die Kräfte für jede Parthey so viel als möglich gleich zu vertheilen. Will er es aber der Gesellschaft selbst überlassen, so werden die beyden Stärkste als Anführer angenommen, und diese theilen sich nach irgend einer leichten Losungsart in den Uebrigen. Jetzt ergreift jede Parthey, hinter einander gestellt, ihre Hälfte des Seils. Die

Personen müssen nicht zu dicht hinter einander stehen und die Abdachung des Bodens, wenn dergleichen Statt findet, kömmt sehr in Anschlag. Auf ein gegebenes Zeichen beginnt der kleine Krieg.

Alle Gesichter verwandeln sich plötzlich, aus jedem Zuge blickt der Ausdruck der Anstrengung. Hat man gut getheilt, so dauert es oft ziemlich lange bis zur Entscheidung; die denn endlich durch frühere Ermattung dieses oder jenes Einzelnen oder durch Benutzung irgend eines Zufalls herbey geführet wird. Der Sieg ist entschieden, wenn der eine Theil Stand zu halten nicht mehr fähig ist.

Weit mehr Ausdauer und Anstrengung erfordert diese Uebung, wenn sie an dem zum Weitsprung bestimmten Graben begonnen wird. Der eine Theil steht diesseits, der andere jenseits, angespannt jede ans quer über den Graben gebende Seil.

Sehr schnell entscheidet sichs allenfalls, welche Gespielschaft in den Graben gezogen wird, aber darum, wenn man will, noch lange nicht der Sieg; denn wenn auch die vordersten schon hinabgezogen worden, so sind es die hintersten doch noch nicht. Zum Siege aber gehört, daß auch der Letzte in den Graben gebracht sey. Um aber diesen hinein zu bringen, müssen die ersten schon wieder mit Gewalt heraus auf das Gebiet der Gegner gezogen seyn. Dieß ist sehr schwierig, denn die Vordern setzen die Füße gegen das feindliche Ufer und gerathen dadurch in einen sehr stark mitwirkenden Vortheil. Man richte das nun ein, wie man wolle, genug, wenn heiterer Muth und Kraft und Festigkeit gewonnen wird.

2. Der Gränzkrieg. Die Gränze ist heilig. Wer sie gewaltsam überschreitet, beleidigt nicht bloß den Staat, sondern auch jeden Einzelnen im Staate: denn er hält

alle mit einander für zu schwach oder zu feige, um den Einfall abzuwehren. — Welch ein einfacher Gedanke! sagt man vielleicht. Damit hat man aber gerade sein Lob ausgesprochen; um so leichter wird er schon dem Knaben einleuchten: Fasse er ihn tief und fest. Die Gränze ist heilig! damit er einst als Wehrmann durch ihn für seine Bestimmung erwärmt werde. — Den Ernst sollen wir vorbilden in Jugendkämpfen.

1. Kriegsplatz und dessen Einrichtung. — Den sandigen Boden erkannten schon die Alten für den schicklichsten zum Ringen. Bietet der Turnplatz ihn nicht so ist man nicht an diesen gebannt. Ist aber kein Sand- auch kein weicher Rasenplatz von etwa 200 F. Länge und 100 F. Breite vorhanden, so muß man das, für den Gränzkrieg anwendbare, Ringen nur auf den leichten und halben Kampf (oben 4. u. 5) beschränken; im günstigen Fall aber kann man auch den ganzen Kampf (oben 6) zulassen.

Der Platz hat quer durch seine Mitte die Landgränze. Will sichs fügen, so macht sie der zum Weitsprung nöthige Graben; nicht — so wird die Gränze in den Boden gerissen oder gar durch ein quer übergespanntes Seil bezeichnet, das auf dem Boden liegt. Auf diese Art entstehn 2 Räume: jenen nennt die eine, diesen die andere Gespielschaft der Turner unser Vaterland.

Im Mittelpunkte eines jeden, besser von dem hintern Drittel, wird eine Fahne aufgepflanzt, um eine Linie — Fahngränze, — die wiederum quer durch, und gleichlaufend mit der Landesgränze gezogen (in den Boden gerissen) wird, theilt jedes Vaterland in 2 Räume. Der Vordere an der Landgränze ist der Kampf- oder Kriegsplatz, der kleinere hinter der Fahne ist die Festung. Auf diese

Art entstehn zwey Festungen. Wir bezeichnen die eine mit A, die andere mit B.

2. Kriegsordnung im allgemeinen. — Die Turner theilen sich in zwey Gespielschaften; wir nennen sie A und B. Es ist nothwendig, daß zuvor zwey der besten Turner als Wähler nach allgemeiner Zufriedenheit aufgestellt werden; diese wählen sodann wechselsweise immer den aus der Menge, den sie von den noch nicht Gewählten für den Tapfersten halten, bis Niemand mehr zu wählen übrig ist. Zwey auf diese Art Gewählte heißen Gegenmänner. Endlich wird durchs Loos bestimmt, wer der angreifende Theil seyn soll. Nehmen wir an, daß es A sey, so trägt diese Gespielschaft ein Zeichen am Arme, was hell in die Augen fällt (Ein Tuch, ein weißes Band.)

Die Aufgabe für A ist jetzt, die Fahne von B zu erobern, wodurch zugleich das Vaterland der Turner B als erobert zu betrachten ist. Die von A fallen über die Gränze herein; die von B vertheidigen sich. Von beyden werden Gefangene gemacht nach Kriegsgesetzen, und diejenige Gespielschaft, welche die meisten macht, hat, wenn nicht ein unglücklicher Zufall eintritt, gewonnenes Spiel, sie erobert die Fahne der Nachbaren. Denn auch die Turner von B, die anfangs bloß vertheidigungsweise kämpften, gehn sogleich zum Angriff über, so bald sie so glücklich sind, die Angreifer A so zu schwächen, daß sie selbst übermächtig werden; gleich den Verbündeten dringen sie auf Paris vor ins Land von A und erobern die Fahne.

So wohl A als B läßt seine Fahne von 2 Fahnwächtern bewachen. Diese sind unzertrennlich von ihr und Gefangene mit ihrer Wegnahme. Sie schützen die Fahne vor einzelnen Streifern, die etwa zufällig vordringen; sie be-

wachen zugleich die Gefangenen, welche in der Festung sind; die Fahnwächter von B nehmen zugleich das Zeichen der Gefangenen in Verwahrung. In die Kampflinie aber treten sie nicht, wie alle Uebrigen.

Ein Zeichen des Turnlehrers (mit der Trommel oder auf sonst eine Art) versammelt A und B in ihren Festungen; A und B zu vorläufigen stillen Berathungen; ein zweytes endigt sie nach 5 Minuten, man schickt sich zum Kampf an; ein drittes eröffnet den Krieg, die von A fallen ein, die von B, vorgerückt gegen die Landgränze, vertheidigen sich.

3. Kriegsgesetze insbesondere. —

1. Die obigen drey Kampfarten (4. 5. 6, woraus von selbst 7 entsteht, der leichte, der halbe und ganze Kampf) sind unter den dabey angegebenen Gesetzen des Ringens beym Gränzkriege zulässig.

   Bemerkung. Der Turnlehrer muß seine Turnerschaft kennen in Hinsicht auf sittliche Selbstbeherrschung; eine sittenlose Rauferey kann man nicht wollen, sondern nur ein lustiges Messen der Kräfte. Haben seine Turner die obigen Kampfarten unter seinen Augen schon oft geübt, so kann Selbstbeherrschung dabey gewonnen seyn; er selbst muß sie kennen und alle und einzelne ermessen. Auf jeden Fall ist es rathsam, bey den ersten Versuchen dieser Turnübung bloß den leichten Kampf, oben 4, in der Folge erst 5 und späterhin 6 zuzulassen.

2. Der Waffenstillstand ist in der Hand des Turnlehrers. Ein Zeichen (Trommel oder dergl.) kündiget ihn an. Wird es gegeben, so läßt augenblicklich jeder Hand ab und bleibt in der Stelle stehn, wo er ist.

Bemerkung. Dieses Gesetz ist nöthig, wenn irgend einer sich zu beherrschen vergäße. Bemerkt der Turnlehrer eine solche Widrigkeit, so hemmt er sie durchs Zeichen. Ist bloße Erinnerung nicht ausreichend, so schickt er den Gegenstand vom Kampfplatze. Kann kein anderer für ihn gesetzt werden, so muß auch der Gegenmann abtreten, damit A und B gleich bleiben.

3. Jeder A, der von einem B vermöge des leichten Kampfes (oben 4) über die Landgränze zurückgedrängt wird, oder auch nur bis in den Graben, wenn dieser die Gränze macht, ist matt, gibt das Zeichen an die Fahnwächter ab und geht als Gefangener in die Festung B.

4. Umgekehrt, jeder B, der in seinem eigenen Lande durch den Kampfplatz bis hinter die Fahngränze zurückgedrängt wird von einem A, ist matt und geht als Gefangener nach A.

5. Jeder A, der von einem B nach Kampfart 5 und 6 gehoben oder geworfen und überkniet wird, ist matt; er geht als Gefangener nach B und gibt dort das Zeichen ab. Ist der Fall umgekehrt, unterliegt einer von B, so geht er als Gefangener nach A.

6) Wird ein B von einem A angegriffen und hält nicht Stand, sondern flüchtet von selbst hinter seine Fahngränze nach B., oder überhaupt aus der Gränze des Kriegsplatzes, so ist er eben dadurch gefangen und muß in die Festung A, wohin ihn der Verfolger bringt. Derselbe Fall ists mit einem flüchtig gewordenen A, dieser muß nach B in die Gefangenschaft.

7. Durchaus kämpft der Einzelne nur gegen den Einzelnen, um ihn matt zu machen. Ist die Gesellschaft so ziem-

lich von gleicher Leibesgröße, so kann jeder den zu Gegner nehmen, der ihm gerade vorkömmt; findet ab zweyerley Größe Statt, so müssen die Turner jed Seite in 2 Abtheilungen gebracht werden, und so en stehn Turner der 1sten und 2ten Linie. Dann tritt de Gesetz ein, nur die Turner von gleicher Linie greifen si an. Wagt sich aber einer von der 2ten Linie an eine Turner der 1sten, so mag ers, sehe aber zu, wie e fertig wird.

8. Es ist erlaubt, alle List anzuwenden, um bis zur Fahr zu kommen; selbst außer der Gränze des Platzes, in Fall der Gelegenheit, herbey zu schleichen, um die Fahn vielleicht durch Ueberrumpelung zu entführen; aber nich erlaubt, sie auf demselben Schleichwege fortzuschaffen sondern nur durch den Kampfplatz.

9. Es ist dem Anführer von A sowohl als von B erlaubt die Umstände zu gewahren, unter denen es möglich wird die Fahne schnell zu entführen, durch Absendung vo 3 Mann. Er kann vor Beginn des Kriegs hierzu Maß regeln nehmen, mit den Dreyen Verabredung treffen sie während des Kampfs durch ein bestimmtes Zeiche dazu befehligen.

10. Kein Gefangener darf weder durch Wort noch That Theil nehmen am Kampfe; jeder muß sich still verhalten.

11. Verloren ist die Fahne und ihr Land erobert, entwe der so bald sie nur 1 Fuß weit über die Landgränze hin aus, oder, wenn man lieber will, in die Festung der Gegner geschafft worden ist.

Das Werfen und Schießen.

Werfen und Schießen haben mit einander gemein, daß sie dahin gehen, irgend einen Körper mit Heftigkeit durch die Luft fort zu bewegen. Bey jenen wirkt die Kraft des Werfenden entweder unmittelbar durch die Hand, oder mittelbar durch ein Hülfsmittel, wie die Schleuder; bey diesem eine fremde, aber dem Werfenden untergeordnete Kraft. Alle hierher gehörigen Uebungen sind an sich schon wahre Wehr-, daher auch echte Turnübungen.

A. Das Werfen.

Das Werfen hat die Stärkung der Hand, des Arms, der Schultern und Brustmuskeln zum besonderen Zweck, und übt, wenn es nach einem bestimmten Ziele geschiehet, das Augenmaß auf eine sehr gute Art. Daß es in täglich vorkommenden Fällen zur Vertheidigung seiner selbst ungemein nützlich sey, ist bekannt. Wir übergehen alle Arten des Schleuderns, weil sie auf dem Turnplatze durchaus nicht anwendbar sind und wählen von allen Arten des Werfens nur zwey aus.

I. Der Steinwurf.

Diese Wersart steht hoch über jeder andern, man mag diese letztern wählen und einrichten, wie man will; denn sie ist von allen Wursarten die Anwendbarste für das Leben. Tragt nur ein gutes Auge und einen geübten Wurfarm mit euch, das Werkzeug gibt die Natur, denn Steine finden sich so ziemlich überall; und diese Waffe, die im friedlichen Bürgerleben, wenn ich meiner Erfahrung trauen darf, so oft gegen wüthige Thiere nöthig wird, sollte sie dem Wehrmanne nicht zu Zeiten treffliche Dienste leisten können, wenn er ein trefflicher Werfer ist? — — Zur Sache.

1. Werfgeräth. Wir gebrauchen nichts als Steine, am besten etwas rundlicht, oder sehr dick linsenförmig; platte, dünne gehören gar nicht auf den Turnplatz. Jeder Werfer sorgt für die seinigen und wählt sie seiner Kraft gemäß. ¼ Pfd. Leipz. schwere gehören nur für Kinder und sind nur für diese zulässig. Für stärkere steigt die Schwere von ½ zu ¾ und einem ganzen Pfunde für den Kern- und Weitwurf; zu 2 und 3 Pfunden für den Hebwurf. Kugeln von Stein oder Gußeisen sind trefflich zum Wurf; allein der Turner muß sich bey dieser Uebung streng an das halten, was die Natur gibt; sie ist überall; die Kunst nicht. Es ist daher auf die Form des Steins, ob diese der Kugel mehr oder weniger ähnlich ist, nicht ängstlich zu sehen; man muß mit jedem Stein, durch richtige Fassung, welche Versuche bald lehren, gut werfen können.

2. Wersart. Mit Verwerfung unwerther Nebendinge (z. B. Werfen zwischen den Beinen durch; mit Anschnellen der Wurfhand an den Schenkel und all dergl.) erkenne ich nur 2 Wursarten, nämlich den Schwungwurf und Hebwurf.

a) Der Schwungwurf entsteht durch einen schnellkräftigen Schwung des Arms und der Faust, wodurch der Stein mit großer Schnelligkeit fortgeschnellt wird. Die Hand faßt den Stein zwischen den Daumen und die beyden ersten, oder, je nachdem er nun größer ist, zwischen die 3 oder 4 ersten Finger. Mit ihm streckt sich Arm und Hand für den ersten Augenblick gerade vor dem Gesicht hinaus gegen das Ziel, gleichsam als wolle man auf dieses zielen. Plötzlich schwingt sich von hier die Faust in der raschesten Bewegung bogenförmig hinter das rechte Ohr nahe an den Hinterkopf und wird von dort augenblicklich mit dem kräftigsten Schwunge nach vorn rückgängig nach dem Ziel hinaus, wohin sie dann den Stein fahren läßt.

Diese Art der Hand- und Steinschwingung ist wohl die gewöhnlichste, ungemein kräftig und für den Zielwurf ohne Zweifel die beste. Ich habe jedoch auch gute Werfer gesehn, welche die Hand verwandt auf den Rücken legten und von dort aus den Wurf so vollführten, daß gleichfalls der Vorschwung erst zum Hinterkopf ging und dann vorwärts nach voriger Art. Gewohnheit thut hier alles.

Die Stellung und Bewegung des Körpers überhaupt ist bey dem Werfen durchaus nicht gleichgültig. Z. B. man versuche es, den rechten Fuß, wenn der rechte Arm den Wurf macht, voranzustellen und aus dieser Stellung zu werfen; welch ein kraftloser Wurf! die richtige Stellung und Bewegung ist: linker Fuß vorn, der rechte einen kleinen Schritt hinter ihm quer gestellt; die Hand hängt mit dem wohlgefaßten Steine an der rechten Seite hinab. Aus diesem Ruhstande springt der rechte Fuß einen starken Schritt vor dem

linken hinaus und gleichzeitig streckt sich der Wurfarm vor dem Gesichte aus. Aber sogleich springt auch der linke Fuß vor dem rechten hinaus und die Hand macht im selben Nu den Schwung nach hinten und vorn hinaus.

Der Schwungwurf ist entweder

a) Kernwurf, bey welchem der Stein fast geradlienig fliegt und am kräftigsten wirkt. Daher ist dieser Wurf vorzüglich zum Zielwerfen geeignet. Oder

b) Bogenwurf. Dieser eignet sich am besten zum Weitwerfen.

b) Der Hebwurf. Der Stein liegt wie die Kegelkugel in voller Hand, er ist daher wenigstens 1 Pfund, aber auch 2 bis 3 Pfund schwer, je nach der Kraft des Turners. Das Benehmen beym Hebwurfe zeigt im Allgemeinen der Kegelschieber; aber oft falsch und lächerlich genug. Jedes Ding in der Welt hat seine Regel, was darüber ist, ist vom Uebel.

Linker Fuß gerade aus; rechter quer hinter ihm. Der Wurfarm macht mit dem Stein, im Ruhestande der Füße, gestreckt einen Schwung vorwärts hinaus bis zur vollen Gesichtshöhe; von da wird er schnell rückgängig, d. i. macht den Schwung wieder rückwärts, wobey aber der rechte Fuß in demselben Nu einen Schritt vorspringt. Aus dem hinterwärts gemachten Aufschwunge schwingt sich die Faust mit voller Schwungkraft sodann wiederum nach vorn hinaus, wobey der linke Fuß schnell vorspringt und, so wie dieser den Boden berührt, entläßt die Faust den Stein in einem Bogen durch die Luft zum Ziele.

3. Wurfziel. Zu dem obigen Kernwurfe wird entweder eine kleine Scheibe von 1 Fuß Durchmesser errichtet, in einer Entfernung, die von 20 bis zu 25, 30, 35 bis 40 Schritt zunimmt; oder eben daselbst ein unbrauchbarer Topf, mit der Mündung nach unten auf einen Pfahl gehängt.

Bey dem Wurfe nach der Scheibe bleibt, sobald sie mehrmals getroffen worden, die Stelle des Wurfs unbestimmt; denn der Stein klebt nicht an und sein Eindruck zeichnet sich von den schon vorher von andern gemachten nicht aus. Will man den bessern von dem geringern Wurfe unterscheiden: so gebe man der Scheibe ein rundes Schwarz von 6 Zoll; dieses werde mit einer Stichsäge rings umher ausgesägt, und hänge, als eine bewegliche Klappe, von einem starken Lederriemen gehalten, in dem Ausschnitte. Jeder Stein, der dagegen fährt, öffnet die Klappe merklich genug und man sieht deutlich, daß er das Schwarze getroffen. Der Bogenwurf geht bloß in die Weite.

Zu dem obigen Hebwurfe wird ein Pfahl mit Pfahlkopfe gebraucht. Es versteht sich von selbst, daß letzterer nicht die völlige Gestalt eines Menschenkopfs zu haben brauche. Ein rundes walzenförmiges Stück Holz oben auf das Pfahlende gestellt, ist vollkommen genug.

4. Wurfordnung. Die Reihe der Theilnehmer sey 6, höchstens 8. Jeder wirft 3 Mal, wenn der Wurf an ihn kömmt und muß seine Wurfsteine bereit haben. Beym Wurfe nach der Scheibe sowohl als beym Hebwurfe nach dem Pfahlkopfe bemerkt der Turnlehrer die Namen auf einer Tafel mit Kreide. Jeder Stein, der das Ziel trifft, ist entweder ein ganzer Treffer, wenn er das Schwarze oder den Pfahlkopf selbst trifft; oder ein halber, wenn er nur in das Weiße oder an den Pfahl des Kopfes geht. Beyderley werden durch

verschiedene Zeichen neben dem Namen bemerkt. Die volle Runde besteht aus 8maligem Durchwerfen der Reihe, so daß jeder 24 Mal geworfen hat. Die Berechnung gibt am Ende den besten Werfer kund. Zwey halbe Treffer machen auch hier einen Ganzen.

Der Bogen- oder Weitwurf schickt sich nicht wohl für den Turnplatz, denn die Bahn dazu müßte über 200 Fuß rhl. lang und wohl 100 breit seyn. Geht hinaus und werft um die Wette.

5. Vorsichtsregeln ergeben sich von selbst, wozu sie besonders andeuten. Nur das Eine erinnere ich: Alle Turner, welche nicht an der Reihe sind, stehen einige Schritte seitabwärts, dem Werfenden links.

II. Der Wurfspieß.

Das Wurfspießwerfen, Blatt III. Zeichn. V. abgebildet, stammt so wie das Bogenschießen aus den Zeiten der frühern Menschheit und ist noch diesen Augenblick bey vielen Völkerschaften im Gebrauche. Gern nehmen wir diese Uebung auf zur Stärkung des Armes und zur Schärfung des Blickes.

1. Der Wurfspieß (altdeutsch Ger und Frame) muß als Stamm für sich wachsen, wenn er dauerhaft seyn soll. Das auf trockenem Boden langsam gewachsene Fichtenstämmchen gewährt den dauerhaftesten Wurfspieß, wenn es nur nicht schon zu starke Aeste getrieben hat. Bey einem solchen Stämmchen nimmt man nur dem dickern Theil rings umher mit dem Hobel so viel, daß das Ganze durchaus von ziemlich gleicher Stärke wird. Muß man geschnittenes Holz wählen, so nehme man wenigstens solches, dessen Jahrstre-

fen ganz gerade gewachsen sind u. s. w. Die Dicke des Wurfspießes ist nach der Größe und Stärke des Turners verschieden. Sein Durchmesser wird nicht leicht weniger, als einen schwachen rheinl. Zoll und nicht leicht mehr, als volle $\frac{1}{4}$ Zoll betragen dürfen; die Länge ist 5 bis 7 Fuß. Vorn ist er mit einer Hülse versehn, die sich in eine ganz kurze Kegelspitze endet, hinten mit einer Zwinge.

2. Wurfart. Der Wurfspieß wird entweder mit voller Hand umfaßt oder so, daß der kleine Finger nicht mit umfaßt, sondern sich unterlegt, so daß er ihn in etwas mit trägt und richtet. Beym Bogenwurfe scheint dieses Unterlegen des kleinen Fingers sehr natürlich, wie man es aus eigenen Versuchen sogleich sehen wird. Die Füße des Werfers stehen gerade so, wie beym Steinwurf, den Arm, welcher nicht wirft (denn man muß sich auch mit dem linken üben) lege man in keine Regeln, sondern überlasse ihm die Bewegung und Haltung, welche die Natur der Sache herbeyführt. Der Wurfspieß wird so in der Gegend seiner Mitte umfaßt, daß er im Gleichgewichte schwebt. Das Abwerfen kann auf zweyerley Art geschehen, nämlich ohne und mit Vorschwunge.

a) Ohne Vorschwung ruht der Wurfspieß in der gehobenen Faust neben dem Kopfe. Die Hand rücket ihn schnell rückwärts und schnellt ihn sodann plötzlich vorwärts gegen das Ziel fort.

b) Mit Vorschwung muß der Natur der Sache gemäß der Wurf kraftvoller werden. Die Faust hat den Schaft gehörig abgewogen; er schwebt wie vorhin wagrecht neben dem Kopfe. So wird er unverrückt gehalten. Aus dieser Lage senkt sich Schaft und Faust von oben nach unten. Die Spitze wird neben der rechten

Seite des Körpers weg rückgängig und weiset hinter dem Werfer hinaus, das hintere Ende ist in diesem Augenblicke zielwärts gekehrt. Aber in demselben Augenblicke springt der hintere, quer gesetzte Fuß einen starken Schritt vor, Faust und Schaft heben sich gleichzeitig mit einem Schwunge bis zur Seite des Kopfes aufwärts und stark rückwärts gezogen, und im Nu springt der linke Fuß vor, indem die Faust den Schaft fortschnellt. Ich halte diese Art für die beste. Paare man mit dieser Angabe den Versuch auf der Stelle und man wird sie verstehen.

Der Wurf werde vollführt nach welcher Art man will, so kann er seyn

a) Kernwurf gerade aus nach bestimmtem Ziele oder bloß in die Ferne.

b) Bogenwurf in größerer Entfernung nach bestimmtem Ziele. Daß das Ziel bey beyderley Arten bald auf der Ebene, bald in der Höhe, bald in der Tiefe stehen könne, ist von selbst klar.

3. Ziele — der obige Pfahl mit dem Pfahlkopfe für alle Arten; für den Kernwurf auch die Scheibe.

4. Wurfordnung. Nur Einer wirft nach dem Andern, darum kann die Zahl der Werfer nicht über acht seyn, sonst könnte jeder zu selten daran. Jeder, der nicht am Wurf ist, bleibt in einiger Entfernung auf der linken Seite des Werfenden, wenn mit dem rechten Arm geworfen wird. Erst nach dem Abwerfen aller werden die Wurfspieße wieder geholt. Jeder hat den seinen gezeichnet.

Treffer ist nicht jeder Wurf, bey dem die Spitze das Ziel berührt; denn auch bey dem schief, oder gegen das Ende

gar quer fliegenden Schafte könnte ja die Spitze das Ziel berühren. Nur solche sind im Allgemeinen Treffer, wobey durch die Richtung des ganzen Schaftes die Spitze auf und in das Ziel gejagt wird.

Ganze Treffer sind die, welche den Kopf oder die Scheibe finden. Halbe, die den Scheiben- oder Kopfpfahl treffen; denn nicht bloß der Menschen Kopf, sondern auch der Leib ist verwundbar.

B. Das Schießen.

I. Der Bogen.

Diese Waffe, ohne Zweifel das erste, ursprüngliche Schießgewehr der frühern Menschenwelt, und noch bey vielen Völkern Hauptwaffe, dient zur Uebung in steter, fester Haltung des Arms und der Faust, vorzüglich zur Schärfung des Blickes. Der Bogen sey die frühere Schußwaffe des Turners, bis er zur Büchse heranreift. Ist der Turnplatz geräumig genug, oder kann man das Ziel von ihm hinaus ins Freye stellen, so daß man von dem Platze hinausschießt, so findet das Bogenschießen unbedenklich auf dem Turnplatze Statt. Ist das aber nicht der Fall, so muß man von Zeit zu Zeit das Freye suchen, um Uebungen anzustellen, welche für die Jugend ungemein anziehend und aufmunternd sind.

1. Geräthschaft. Es gibt mancherley schnellkräftige Körper, die zur Verfertigung eines Bogens bequem sind, allein alle sind zu sehr entlegen. Ein Bogen von Holz leistet vollkommen alles, wenn man nur eine gute Holzart dazu wählt. Unsere beyden Ahornarten, (Acer pseudoplatanus und platanoides) der Maßholder, (Acer campestre)

die Stechpalme, (Ilex aquifolium) und mehrere andere Holzarten geben gutes Bogenholz, ganz vorzüglich aber der Ibenbaum (Taxus baccata).

Man hat mancherley von einander abweichende Formen des Bogens. Wer sie kennen lernen will, sehe in meiner Gymnastik nach. Es ist genug, hier die einfachste zu geben. Man sehe Blatt IV. Zeichn. 34. Wir nennen xx die Hörner, die Seite, welche von x über bb bis zu x läuft, heißt: die äußere; die, welche von x über cc nach x sich erstreckt, die innere Seite. Zwischen bb und cc ist der Griff.

Man schneidet das Holz dazu am besten im Winter ab, und wählt ein Stück von gleichem Wuchse, das am dünnen Ende nicht gar zu verjüngt ausläuft, und welches vor allen Dingen gar keine Aeste, oder wenigstens keinen auf derjenigen Seite hat, welche zur äußern Seite des Bogens dienen soll. Bey der Bearbeitung läßt man das Griff-Ende völlig rund stehen, wie es gewachsen ist, es müßte denn zu stark seyn, und in diesem Falle nimmt man an der innern Seite zwischen cc etwas Holz weg, doch so, daß diese Stelle rund bleibt. Von c nach x, auf beyden Seiten, wird das Holz platt weggearbeitet, daß beyde Seiten verjüngt in ihre Enden auslaufen; auf der äußeren Seite darf nicht der mindeste Schnitt geschehen. Ist diese Bearbeitung am frischen Holze so vollendet, daß, nach häufigen Versuchen, die man während der Arbeit anstellt, keine Stelle zu schwach ist, so kann man das so vorbereitete Holz, wenn es nicht von Natur schon eine bogenförmige Krümmung hat, in einer jedoch nur wenig gebogenen Stellung trocknen lassen. Es kann sogar nicht schwer halten, den Enden eine auswärts gehende Krümmung zu geben, wenn man das feuchte Holz über Feuer erhitzt und schnell in diese Stellung zwingt. Ist der Bogen endlich ausgetrocknet, so kann man die Sehne entweder un-

mittelbar an den Enden x x befestigen, oder diese auch mit Hornspitzen einfassen, oder mit Messing beschlagen.

Die Länge des Bogens ist sehr willkührlich von 3 bis 6 Fuß rheinl., oft um einen Fuß länger als der Bogenschütze selbst, oft beträchtlich kürzer. Sehr gekrümmte Bogen dürfen nicht so lang seyn als die fast geraden, weil sie zu lange Pfeile erfordern würden. Ein guter Bogen muß im hohen Grade schnellkräftig, aber nicht starr und steif, sondern vielmehr geschmeidig seyn. Er muß immer im Kühlen aufbewahrt werden, damit er nicht zu spröde wird. Die Senne des Bogens wird entweder aus einer hanfenen Schnur oder aus Darmsaiten gemacht.

Die Pfeile werden am bequemsten von feinjährigem und völlig gerade gewachsenen Fichtenholze verfertigt. Das Holz muß gerade spalten, und nur aus gespaltenen Stücken lassen sich gute Pfeile hobeln. Ein guter Pfeil ist vollkommen gerade, glatt und rund. Am gefiederten Ende kann er ein wenig verjüngter auslaufen. Die Dicke ist sehr beliebig, bald wie ein starker Pfeifenstiel, bald wie ein schwacher kleiner Finger. Die Spitze wird mit Horn oder Knochen eingefaßt, oder nur mit Zinn umgossen, oder mit Eisen beschlagen; bald stumpf, bald mit einer runden, oder einer blattförmigen Spitze versehen. Spitzige Pfeile dürfen Knaben nur unter guter Aufsicht führen. Das entgegengesetzte Ende hat eine kleine Kimme zum Einlegen der Senne.

Ein wichtiges Stück an einem guten Pfeile macht die Befiederung; denn ein gut gefiederter Pfeil geht viel genauer. Es ist nicht gleichgültig, was für Federn man dazu nimmt. Nationen, denen der Bogen noch das einzige Schießgewehr ist, nehmen dazu nicht die Federn aus der Schwinge eines Vogels, sondern immer nur aus dem Schwanze, weil

die Fahnen der Schwanzfedern gerade, jene gekrümmt gewachsen sind. Dieser Umstand hat Einfluß auf die Bewegung des Pfeils. Am besten sind die Schwanzfedern großer Raubvögel, doch kann man sich auch mit denen, anderer Vögel behelfen. Die Fahnen werden von dem Körper der Feder abgezogen und in Stücken von etwa 3 Zoll Länge an dem hintern Theile des Pfeils festgeleimt. Diese Befiederung kann mit der Achse des Pfeils völlig gleichlaufend gehn, dann geht der Pfeil ohne Umdrehen um seine Achse, soll er sich aber im Fluge stets um seine Achse drehen, so wird die Befiederung ein wenig schreglaufend auf dem Pfeile befestigt. Es ist kaum nöthig zu erwähnen, daß die Befiederung doppelt, und zwar, auf zwey einander entgegenstehenden Stellen des Pfeiles angebracht wird. Da zu lange Fahnen den Flug des Pfeiles merklich hemmen, so werden sie stark verstutzt, so daß sie nur 3 Linien abstehen.

2. Schießart. Der Schütze, Blatt III. Zeichn. C. faßt den Bogen mit der Linken gerade in der Mitte, oder doch nur sehr wenig tiefer herab. Er hält ihn mit straff ausgestrecktem Arme vor sich hinaus, so daß er mehr oder weniger senkrecht ist, je nachdem es nun der höhere oder niedere Standpunkt des bezielten Gegenstandes erfordert, aber nie hält man den Bogen so quer wie die Riegel einer Armbrust. Die Kimme des Pfeiles wird an die Mitte der Senne gelegt, das entgegengesetzte Ende desselben ruhet entweder auf dem Daumen, oder zwischen den beyden ersten Fingern der Linken. Zwischen dem Daumen und dem zusammengebogenen Zeigefinger faßt die Rechte den Pfeil, und zieht diesen und mit ihm die Senne schnell, mit voller Kraft zurück. Im höchsten Punkte der Anstrengung läßt man die Senne frey, und sie schnellt den Pfeil mit voller Gewalt fort.

Nie wird ein echter Bogenschütze entstehn, wenn er sich gewöhnt, die Senne anzustrammen, im höchsten Punkte festzuhalten, dann auf dem Pfeile hin mit dem Auge zu zielen, und endlich die Senne zu entlassen. Dieß Benehmen ist ganz verwerflich und zu ängstlich, als daß es zu echter Fertigkeit führen könnte. Ich empfehle ein freyes Benehmen. Hat man sich an seinen Bogen und an eine, in Absicht auf Größe und Schwere bestimmte Art von Pfeilen gewöhnt, so erhält man bald ein richtiges Gefühl, einen sichern Takt auf den ersten, schnellen Blick des Auges den Bogen und die Faust richtig zu stellen, und ohne obiges Zielen den Pfeil richtig abzuschießen.

Uebung selbst kann ich nicht geben. Turner müssen auf ihren Wanderungen im Herbst und Winter, Bogen und Pfeile mit sich führen, da ist jeder Stein und Baum ꝛc. ein Ziel, und die Uebung geschieht ohne Verletzung der Zeit. So ist es auf dem hiesigen Platze, wo Zugvögel und Eichhörnchen die reizendsten Belohnungen für den Bogenschützen sind. Ist man auf diese Art schon geübt, dann sind förmliche Wettschießen, nach Scheibe und Vogel, oder in die Weite nach Schritten gemessen, angenehme Belustigungen.

Hierüber noch mehr zu ordnen und mit Vorsichtsregeln hervorzugehn, ist wohl ganz überflüßig. Aber eine einzige muß ich dennoch geben: *den senkrechten Höhenschuß erlaube man nicht, durchaus nicht!* — der so abgeschossene Pfeil geht zu einer unglaublichen Höhe und kann, selbst wenn er stumpf ist, im Falle den Schädel einschlagen. Steht auch der Schütz ganz allein da, so kann er den Pfeil aus dem Gesichte verlieren und weiß dann nicht, ob er auf ihn selbst fallen wird. Noch weit gefährlicher ist es, wenn mehrere Gesellschafter zugegen sind.

II. Das Schießen mit Feuergewehr.

Gab ich schon in meiner Gymnastik Winke, die Jugend mit dem Feuergewehre bekannt und selbst vertraut zu machen, nicht bloß zur Uebung des Auges und der Faust, sondern vorzüglich auch zur Verhütung so manches Unglücksfalles; so darf eine Anweisung, die Jugend zum Schutze des Vaterlandes vorzubereiten, durchaus von einer Fertigkeit nicht schweigen, die von so großem Gewichte ist. — Jedoch kein ferneres Wort raube den Platz, um zu sagen was nöthig. Ich äußere nur noch, es sey sehr zu wünschen, daß jeder Ort einen sichern Platz für die Uebung im Büchsenschuß habe. Ist ein Turnplatz da und zu dieser Uebung schicklich: gut; doch geht diese Uebung auch dann ganz allein für sich und kann durchaus nicht im Zeitraum der übrigen Turnübungen vorgenommen werden. Ferner: es kann die Uebung im Schießen durchaus nur ein Vorrecht der geschicktesten Turner seyn, die mit dem 15ten, 16ten Jahre hinreichende Kraft und Körpergröße besitzen.

Es ist nicht meine Sache, hier das Feuergewehr, namentlich die Büchse, von deren Gebrauche hier allein die Rede seyn soll, kennen zu lehren. Der Turnlehrer muß sich mit Hülfe eines sachverständigen Jägers, Schützen, oder Büchsenschäfters genau damit bekannt machen. Er lerne anschauend und lehre anschaulich. Zeichnungen, die ich hier gäbe, würden den Zweck nicht erfüllen. Zu weitläuftig würde es ferner seyn, hier das An- und Einschießen der Büchse zu beschreiben. Ich setze die fertige Büchse und den lernlustigen Turnlehrer voraus und lasse mich hier nur ein auf die Hauptsache, die Lehrart, indem ich

hier über das Ziel, die Ladung, Stellung und Zielung das Nöthige bestimmt angebe. *)

1. Die Zielscheibe mit Zubehör. Das gewöhnliche Ziel ist die sehr bekannte Scheibe von 2 Schuh rheinl. Durchmesser. Das Schwarze derselben hat 5 Zoll im Durchmesser. Zwölf Cirkelschläge theilen die Scheibe vom Mittelpunkte aus. Alle sind gleich weit von einander, und vom äußersten bis in den Mittelpunkt mit den Ziffern 1 bis 12 bezeichnet. Ein im Boden eingegrabener Ständer trägt sie so, daß ihr unterster Rand drey Fuß vom Boden bleibt. Sind der Schützen nur wenig, so ist eine solche Scheibe schon hinreichend; denn ist auch das Runde-Schwarz gerade nicht das schicklichste Ziel für den Anfänger, so kann man dieses doch leicht durch einen Bogen Papier, der auf die Scheibenmitte geheftet wird, verdecken und statt des runden Schwarz eine zweckmäßige Form darauf tragen.

Die Kastenscheibe gewährt den Vortheil, alle diejenigen Kugeln auf die leichteste Art wieder zu erhalten, die nicht fehl gegangen; denn als Kasten, dessen Inneres mit Sande gefüllt wird, fängt sie die Kugel in ihrem Innern. Eine solche Scheibe kann zwey oder vierzielig gemacht werden.

Vierzielig. Vor dem Schießpfahle steht sie auf einem schicklichen, 3 Fuß hohen Stande. (Der leicht aus 4 eingeschlagenen Pfählen, die oben mit einigen Querhölzern versehen sind, gemacht werden kann.) Jede Seite des Ka-

*) Was mich ein in seinem Fache klassischer Schriftsteller: G. F. D. aus dem Winkell in seiner Schrift: Handbuch für Jäger ꝛc. lehrte, was einige eigene Erfahrung und Nachdenken in der Sache mir sagte, findet man hier in eigener Ausarbeitung aufgestellt.

stens ist 4 Geviertschuhe. Oben der Deckel ist bloß aufgepaßt und mit Nägeln angeheftet. Die vier senkrechten Wände bilden, weiß angestrichen und mit schwarzen Zielen versehn, vier Scheiben. Jede ist durch 12 Zirkelrisse nach obiger Art getheilt und hat ein Schwarz von besonderer Form — davon weiterhin. — Jederzeit kann man diese oder jene Scheibe dem Schützen zuwenden, durch bloßes Umdrehen des Kastens, und jederzeit die gefangenen Kugeln heraus holen. Ist eine Scheibe zu stark zerschossen, so ist gleich wieder eine andere da. Auch reißen die Kugeln, da sich der innere Sand dagegen legt, nicht so große Splitter.

Zweyzielig wird sie, wenn bloß die vordere und die hintere Seite 4 Geviertschuhe groß gemacht wird; Boden, Deckel und die beyden Seitenwände dagegen nur 6 bis 8 Zoll breit sind. Auch diese Kastenscheibe mit Sand gefüllt, fängt die treffenden Kugeln auf, und bietet 2 Seiten zu Zielscheiben dar. — Daß jedes Kugelloch gleich nach dem Entstehen mit einem Pflocke vernagelt wird, ist bekannt.

Man habe, welche Scheibe es auch sey, so ist es nöthig, drey Schuh hinter ihr die Schießwand von Rasenterf zu errichten, 18 bis 20 F. lang und 12 hoch.

2. Die Ziele. — Das schwarze Ziel auf der Scheibe ist gewöhnlich ein Rund. Das Streben des Schützen geht dahin, den Mittelpunkt zu treffen, indem er den untersten Rand des Schwarzen aufs Korn nimmt. Es ist nothwendig beym Zielen mit dem Korne auf die senkrechte Linie zu halten, die vom Mittelpunkte herabfällt; er soll daher das Schwarze mit dem Korn genau theilen, dieß ist bey einem Rund nicht so leicht. Wir nehmen daher nach einer Aufstufung vom Leichtern zum Schwerern folgende Ziele an:

a) Den senkrechten Strich als ersten Zielpunkt für den Anfänger, der sich zuerst bloß üben will, die Seitenschüsse oder Wanker zu vermeiden. Der Strich ist in der Mitte der Scheibe aufgetragen, 7 Zoll lang, 3 breit; es kömmt fürs erste nicht darauf an, ob der Schuß höher oder tiefer falle, nur bleibe er in der Linie des Strichs, oder weiche nicht sonderlich ab. Ist hierin Fertigkeit erlangt; so folgt

b) das Kreuz. Es wird auf die zweyte Scheibe des Kastens getragen. Der vorhin bezielte senkrechte Strich wird hier von einem eben so großen wagrechten in seiner Mitte durchschnitten, so daß die Mitte der Scheibe mitten im Durchschnitt steht. Jetzt soll der Turner das Ueber- und Unterschießen vermeiden lernen. Die Uebungen, welche bey dem Ziele a statt fanden, lehrten ihn nebenan schon, wie hoch die Büchse die Kugel setze, wenn er bey scharfem Korn das untere Ende des senkrechten Strichs aufsitzen ließ (was weiter unten deutlich werden wird) und hierdurch hat er schon den ersten Schritt gethan, dem wagrechten Striche nach und nach immer die Kugeln näher oder auf ihn selbst zu bringen. Auf jeden Fall halte ich ein solches Kreuz für zweckmäßiger, als ein Rund oder ein Viereck, denn es gibt, um es kurz zu sagen, den Sitz des Mittelpunktes weit bestimmter an, oder dem angehenden Schützen ist es weit leichter, den schmalen Fuß des Kreuzes mit der Ziellinie zu theilen, als ein Viereck oder Rund. Jetzt folge zum Ziel

c) das Viereck und

d) das Rund. Auf diese Art sind die vier Seiten des Ziellastens besetzt. Findet man es zu umständlich, diesen zu gebrauchen, so kann man bey einfacher Scheibe

diese Ziele nach und nach auf einen Papierbogen tragen, wie schon oben bemerkt worden. Zur vollständigern Uebung gehört aber endlich noch

e) ein bewegtes Ziel. Die einfachste Art, es zu veranstalten und dem Gehen eines Menschen in der Bewegung gleich zu machen, ist diese. Ein 15 Zoll rheinl. breites Brett von voller Mannshöhe, wird auf einem sehr niedrigen kleinen Wagen, der nur Klotzräderchen zu haben braucht, senkrecht befestiget und dunkelblau angestrichen. Dieses Ziel läßt sich vermittelst einer langen Leine, welche den Ziehenden weit genug von der Schießwand entfernt, vor der Schießwand durchziehen u. s. w. Will man bey diesem Ziele den Schußwerth bestimmen, so theile man durch eingerissene senkrechte Linien das Brett von oben nach unten in 3 Theile oder Räume. Der Mittlere kann 9 Zoll, jeder der beyden Außenräume kann 3 Zoll halten. Sodann aber gehe durch die Mitte seiner Länge eine wagrechte Linie, die es in zwey gleiche Hälften theilt. Die untere bezeichnet die Schenkel, die obere den Rumpf. Letztere zerlege man durch 2 andere Querlinien in 3 Drittel für Unterleib, Brust und Kopf. Hiernach lassen sich alle Schüsse bestimmen. Treffer sind alle die, welche im innern senkrechten Raum sitzen; Streifschüsse die, welche in einen Außenraum fallen. Durch die in der obern Hälfte des Brettes gemachten Räume werden die Bauch-, Brust- und Kopftreffer und Streifschüsse bestimmt.

3. Der Schießpfahl und das Auflegen. Senkrecht steht er aus dem Boden hervor, ohne zu wanken. Seine Entfernung von der Scheibe sey Anfangs 50 Schritt, in der Folge, wenn schon Uebung erlangt ist, 100. Da er

zum Auflegen des Gewehrs bestimmt ist, so wird er quer durch mit Löchern versehen, die 3 Zoll über einander stehen. Man kann das unterste Loch 4 Fuß rheinl. vom Boden bringen, wenn die Turner noch unter der mittlern Mannsgröße sind. Ein Pflock wird auf und nieder in ein passendes Loch gesteckt und dient zum Auflegen. Ein starker Bohrer kann sehr wohl statt dieser Einrichtung dienen. Dieser bohrt sein Loch in jeder beliebigen Höhe selbst. Nach meiner Meinung finden in Hinsicht auf das Auflegen folgende Stufen statt.

a) Auflegen mit Anstemmung. — Der erste Anfänger zieht den Ladestock aus seinem Ort, und legt die Büchse auf den Pflock oder Bohrer so, daß er die vordere Ladestock-Mutter zugleich mäßig dagegen stemmt.

b) Auflegen ohne Anstemmung. — Weiterhin ist ihm dieß nicht mehr erlaubt. Auf den Pflock oder den Bohrer wird eine passende Rolle gesteckt, auf der die Büchse ruht, die Rolle verträgt durchaus kein Anstemmen. Fest muß dabey der Kolben an die Schulter gedrückt werden. Ist auch hierbey Sicherheit erlangt, so wird Auflagepflock und Bohrer beseitigt. Es folgt

c) die Anlage. Der Turner darf die Büchse nur noch an die rechte Seite des Pfahls anlegen. Diese Stufe ist gerade die, welche in der Folge noch am ersten anwendbar bleibt, denn ein Baum zur Anlage ist allenfalls noch am ersten da. Selbst ist jedoch immer der Mann; es folgt daher

d) der Schuß aus freyer Hand. Ich rathe sehr, ihn am meisten zu üben. Festigkeit in Stellung des Körpers und in der Haltung des Arms, wie sie hierzu erfordert wird, ist nicht der Gewinn aus einigen Ver-

suchen, sondern der Anhaltsamkeit. Man kann, wenn man will, die drey ersten Arten der Auf- und Anlage auf alle obigen Ziele anwenden und hiernach üben; bey dem Freyschuß ist es aber unerläßlich.

e) Der Schuß im Liegen gehört für den Gesichtspunkt, den wir immer im Auge behalten müssen, zu den nöthigsten Vorübungen des Turners. Ich setze voraus, daß jeder Turnlehrer dieß wisse und übergehe daher den Grund. In die obigen Stufen, und zumal in die vorige, eingeübt, wird es der Turner mit seinem geübten Körper nicht schwierig finden, auf dem Bauche am Boden ausgestreckt zu liegen. Der gewandte Mensch findet auch in dieser Lage auf dem Unterleibe und den Ellenbogen schnell eine feste Lage. Der Hut vorn hinaus auf den Boden gelegt, stützt die Büchse, und es ist nach obigen Vorübungen nicht schwer, ein gutes Abkommen zu gewinnen.

4. Ladung.

a) Ein Werrigvorschlag fülle zuvor die Pfanne, und der Pfanndeckel drücke sich darauf.

b) Der Kolben steht zwischen den Füßen am Boden, der Schaft ist geklemmt zwischen den Knien und die Büchse wird so gehalten, daß der Lauf nach innen, der Ladestock nach außen und die Mündung von dem Lader abwärts gerichtet steht.

c) Man füllt das Maß mit Pulver und schüttet es ein. Müßte man anfangs das Maß selbst bestimmen, so fasse es den 7ten Theil der Kugelschwere an Pulver.

d) Unmittelbar auf das Pulver setzt man die Kugel mit ihrem Pflaster. Das Pflaster aus einfachem Barchent,

auf der Wollseite gleichmäßig mit Talg bestrichen und so groß, daß es nur $\frac{2}{3}$tel der Kugel umfaßt, wird mit der Talgseite unten auf die Mündung gelegt und die Kugel, mit der abgekniffenen Stelle nach unten, wird darauf gesetzt. Sodann drückt der Boden des Pulverhorns dieselbe in den Lauf und das Pflaster wird über ihr zusammengelegt.

e) Der mit beyden Händen sehr kurz gefaßte Ladestock schiebt die Kugel hinab aufs Pulver. Um zu wissen, daß sie sich völlig aufgesetzt und keine (durchaus gefährliche) Höhlung unter ihr geblieben sey; hebt die Linke die Büchse vom Boden auf, die Rechte wirft mit gemäßigter Kraft den Ladestock so oft darauf, bis er zum ersten Mal von der Ladung aufspringt. Oefter soll man nicht stoßen, sonst stößt die Büchse und schießt höher als sie soll, oder brennt auch wohl vor. Aber vom Boden muß sie dabey gehoben werden, sonst kann der Ladestock unter gewissen Umständen (bey sehr kalter oder heißer Witterung) dennoch aufspringen, ohne daß die Kugel aufsitzt. Bey allem dem ist es gut am Ladestocke ein Zeichen zu machen, wodurch das Aufsitzen der Kugel immer sehr sicher angegeben wird.

f) Das Gewehr wird aufgehoben, der Kolbe geht unter den rechten Arm; Pfanndeckel auf! die vordersten Körner werden mit der Nadel aus dem Zündloche geräumt; mit dem Pulverhorne klopft man einige Mal an die Schloßplatte bis noch einige Körner herausrollen. Wollen sie nicht, so wird das Zündloch mit der Nadel geräumt, dann die Pfanne halb voll Pulver geschüttet, von welchem die Nadel einige Körner unzerdrückt ins Zündloch schiebt. Jetzt wird die Pfanne schlicht gefüllt,

nicht gehäuft; denn der Deckel darf das Pulver nicht querschen.

g) Nach dem Schuß ist Hahn, Stein, Pfanne und Deckel zu reinigen, eine Feder verrichtet dasselbe im Zündloch. Unnöthig ist es aber, den Lauf trocken auszuwischen. Man lade nur augenblicklich auf den Brand, d. i. nach dem Schusse und die Büchse muß 50 Kugeln aufs Fleck setzen, ohne vorzubrennen.

5. Stellung des Schützen und Haltung der Büchse: — Absätze auf dieselbe Linie, etwa 1 Fuß weit von einander; die Fußspitzen auswärts, der ganze obere Körper, auch der Kopf gerade. Die Linke faßt das Gewehr dicht an der hintersten Ladestock-Mutter. Der Daumen legt sich links, gestreckt, an den Schaft, gegenüber der niedergebogene Zeige- und Mittelfinger. Die Rechte umfaßt mit den drey letzten Fingern den hintern Theil des Biegels, der Zeigefinger ruht an dem vordern Theile desselben, der Daumen schlägt sich oben über dem Halse des Schaftes weg. In dieser Fassung hebt man die Büchse so hoch, bis der Kolbenbacken an die rechte Wange tritt, ohne den Kopf dabey zu senken, und bis die untere Hälfte der Kappe des Kolbens sich an die rechte Schulter anstemmt. Fest liege hier der Kolben, mäßig drücke sich der Anschlag an die Wange; unverwandt bleibe Schaft und Lauf, d. i. weder rechts, noch links werde er verdreht, sondern das Zielblech (Visir) bleibe wagrecht: sonst wird unfehlbar der Schuß links abweichen im ersten, rechts im letzten Falle.

6. Das Zielen. Zielen würde heißen, die Achse des Laufs nach dem Zielpunkt richten, wenn nicht die Kugel jedes Geschützes dem Zuge der Schwerkraft unterworfen wäre

Darum muß die Achse des Laufs jederzeit über den Zielpunkt erhoben werden, wenn man treffen will. Diese Erhebung wird bey der Büchse bestimmt durch Korn und Zielblech; denn indem letzteres bedeutend hoch über der Oberfläche des Laufs hervorsteht, so kann man das Korn nur dann erblicken, wenn der Lauf vorn gehoben, hinten gesenkt wird, d. i. wenn sich die Achse des Laufs über den Zielpunkt erhebt.

Zielen heißt daher: den Kerb des Zielblechs (Visirs) mit dem Korn und Zielpunkte in gerade Linie bringen.

Allein weder das Korn, noch der Kerb im Zielblech sind bloße Punkte, sondern haben bedeutende körperliche Ausdehnung. Sieht man bloß den äußersten Gipfel des Korns im Kerbgrunde, so wird der Schuß, wenn man bey dieser Voraussetzung abkömmt (abdrückt, den Schuß vollführt) nicht so hoch gehn, als wenn man das ganze Korn bis zu seiner Wurzel im Kerb erblickt.

a) Das volle Korn nehmen heißt das ganze Korn im Kerb sehen.

b) Das halbe Korn nehmen, nur die obere Hälfte davon erblicken.

c) Korn und Kerb gleich nehmen heißt, es so suchen, daß die Spitze desselben mit dem obern Rande des Zielblechs gleich bleibt.

d) Feines, oder knappes, scharfes Korn nehmen heißt, nur die Spitze des Korns im Grunde des Kerbs erblicken.

Auf diese Art wird der Schuß bald höher, bald niedriger gehn. — Allein wie soll man denn nun das Korn beym Abkommen (Losdrücken) nehmen? Auf diese Frage läßt sich im Allgemeinen gar nicht antworten. Man muß wissen,

wie die Büchse eingeschossen, und wie weit das Ziel vom Standpunkte entfernt ist. Das erste ist dem Besitzer bekannt; die Entfernung muß der Turner nach Schritten schätzen lernen und sich hierin fleißig üben.

7. Lehrart oder Anwendung des Obigen zu den Uebungen im Büchsenschuß selbst.

a) Der Schießpfahl werde anfangs nur auf 50 Schritt vom Ziel eingesetzt; spärerhin auf 100.

b) Des Turners Büchse sey eingeschossen auf 100 Schritt und zwar so, daß dabey Korn und Kerb gleich genommen wird und das Schwarze dabey aufsitzt. Das ist, sie muß so eingeschossen seyn, daß, wenn man auf 100 Schritt den obern Rand des Zielblechs (Visirs) mit der Spitze des Korns und dem untern Rande des Schwarzen in gerader Linie sieht, der Schuß auf den Mittelpunkt geht.

c) Ungeladen hebe er sie zuvor bey der oben (unter 4) angegebenen Stellung und Anschlagung an der rechten Seite des Schießpfahls herauf, bis zu der bequemsten Höhe. Hier wird der Bohrer eingebohrt. Der Ladestock wird ausgezogen und die vordere Hafte des Ladestocks mäßig gegen den Bohrer angestemmt. Er versuche es jetzt, mit scharfem oder feinem Korn (oben 5. d) vom untern Rande der Scheibe hinaufzuziehn, bis der untere Rand des Schwarzen aufsitzt. Man sage ihm, daß in diesem Augenblicke abzudrücken sey. Sodann erst wird die Büchse geladen und mit dem Ziele oben 1. a werden die ersten Versuche gemacht. Findet sich einige Festigkeit, so daß keine Seitenschüsse mehr vorkommen, so gehe man zum zweyten Ziel, zum Kreuz über. Fal-

ten auch hier die Kugeln ziemlich zu gleicher Höhe in oder nah an den Querstrich, so nehme man zum Ziel das Viereck u. s. w.

d) Früher schon, nämlich sobald als der Anfänger ein sicheres Abkommen gefunden, wird das Gegenstemmen nicht mehr erlaubt, man steckt die oben erwähnte Rolle auf und jetzt darf nur leise aufgelegt werden (oben 2. b).

e) Ferner wird der Schießpfahl jetzt auf 100 Schritt gesetzt. Korn und Kerb gleich und unter Aufsetzung des Schwarzen wird jetzt geschossen.

f) Bloß die Anlegung an den Pfahl, wird zu Hülfe genommen, das Auflegen fällt weg. Nach hinlänglicher Uebung aber folge nun das Schießen aus freier Hand, ohne Auf- und Anlage. Hierbey ist vorzüglich zu verweilen, bis man zur deutlich gewordenen Sicherheit gelangt ist. Ist dieß geschehen, so wird man weder bey dem Schuß im Liegen, noch bey dem bewegten Ziele, besondere Schwierigkeit finden. Bey jenem müssen denn auch die Versuche gemacht werden, im Liegen mit Sicherheit zu laden.

g) Hoch- und Tiefschuß. Will man die Uebung noch weiter treiben, so gehe sie auf den Hoch- und Tiefschuß. Jetzt stehe der Turner hoch und das willkührlich gemachte Ziel tief. Soll hierbey der Schuß nicht zu tief gehn, so muß das Korn (bey gleichem Verhältniß der Entfernung) etwas voller genommen werden. Jetzt trete der Schütz in die Tiefe und schieße nach dem erhaben stehenden Ziele; und es ist nöthig, das Korn schärfer zu nehmen.

3. Vorsichtsregeln. Außer denen, die schon im Obigen enthalten sind, halte man darauf:

a) Daß der Turner nach der Ladung mit der Büchse nicht vergeblich herumfahre; daß er sie gesenkt mit der Mündung niederwärts halte, nie auf einen lebenden Gegenstand richte.

b) Daß er nicht eher steche, bis er angeschlagen hat, daß er nach dem Stechen den Zeigefinger aus dem Bügel ziehe, und nicht eher wieder hineinbringe, bis er wirklich losdrücken, das heißt, die Nadel berühren will, denn gerissen darf daran gar nicht werden.

c) Es ist am besten, den einmal geladenen Schuß auf dem Platze zu lassen; geht man aber mit geladener Büchse, so sey wenigstens der Stein mit der ledernen Hahnkappe überzogen.

Einige Uebungen zur Beförderung der Biegsamkeit und Geschmeidigkeit des Körpers.

Es giebt einige Uebungen, die besonders auf obige Eigenschaften gerichtet sind. Ihr Nutzen leuchtet von selbst ein. Der menschliche Körper ist von Natur sehr biegsam und gelenkig, aber sehr früh büßt er gewöhnlich diese schöne Eigenschaft ein. Mir sind viel Jünglinge vorgekommen, die in diesem Falle waren, und zwar keineswegs durch schwere, körperliche Arbeiten, sondern durch Mangel an Körperübungen. Eine solche Ungelenkigkeit wird sich gewiß bey keinem einfinden, der sich in den bisherigen Uebungen tapfer versucht; dessenungeachtet scheinen mir die folgenden sehr einfachen Aufgaben nicht überflüssig.

Der Stabsatz, oder

1. Ueberspringung eines mit den Händen gehaltenen Stabes.

Anfangs wird nur, zumal von Erwachsenen, eine biegsame Ruthe, nach einiger Uebung aber ein unbiegsamer Stab genommen. Zwischen Daumen und Fingern spitz ge-

faßt, schlägt man ihn bald vor-, bald rückwärts, unter den Füßen weg, indem man im Stillstande aufspringt. Der Stab muß mit den Füßen nicht berührt werden.

2. Windung unter dem Arme weg.

Ein Stab, welcher die Armlänge des Turners, von Achselgrube bis Hand, nicht übertrifft, wird geradauf auf den Boden gestellt. Die Rechte stützt sich mit den drey längsten Fingern darauf, bey etwas gestrecktem Arme, und der ganze Körper windet sich unter dem Arme weg. In der Zeichnung P. Blatt II. ist dieses Hindurchwinden schon vollendet bis zum Beginn des Aufrichtens.

Stellt man die Füße nicht gehörig, so wird der Versuch nicht gelingen. Ist, nach Blatt IV. Zeichnung 25, a der Stab, so steht in b der rechte und in c der linke Fuß. — Wird von beyden Seiten gemacht.

3. Die Windung unter einem Stabe weg.

Ein langer Stab, am bequemsten ist dazu ein Springstab, wird schreg und fest gegen den Boden gestellt, entweder in ein Grübchen, oder vor einer Mauer, damit kein Ausgleiten möglich bleibt. Man faßt ihn mit beyden Händen, und stützt sich völlig auf ihn. Mit den Händen gleitet man an ihm hinab, bis die untere Hand nur noch einen Fuß vom Boden ist. Wie Blatt II. Zeichnung Q. darstellt. Ist die linke Hand unten, so werden die Füße gerade so gesetzt, wie bey der vorigen Aufgabe. Der Körper ist ziemlich gestreckt. In dieser Lage muß sich der Kopf und dann der obere Körper unter dem linken Arme durchwinden, wie die nächste Zeichnung R. zeigt, und der Turner muß sich auf der andern Seite des Stabes wieder aufrichten, ohne zu fallen. — Wird gleichfalls von beyden Seiten geübt.

4. Windung durch die Arme und einen Stab.

Der daumenstarke Stab ist nur 3 Fuß lang. Beyde Hände, die Nägel vorn, die Daumen nach den Enden des Stabes gekehrt, fassen ihn, die eine hier, die andere dort nicht weit vom Ende. Ohne den Stab in irgend einem Augenblicke der Uebung mit der einen oder andern Hand loszulassen, oder anders zu fassen, als die Sache es selbst ergibt, wird so verfahren:

a) schreitet man mit beyden Füßen darüber;

b) hebt ihn über den Kopf und senkt ihn vor die Knie nieder; wobey die Hände ziemlich in Anspruch kommen.

c) Der linke Fuß wird um die linke Hand über den Stab herein gesetzt.

d) Mit der Rechten wird jetzt der Stab über den Kopf weg gestreift, die Hände senken sich nieder und man sieht rittlings über dem Stabe.

e) Der rechte Fuß wird über den Stab zurück gezogen, so daß dieser wieder vor den Knien erscheint.

Jetzt wird alles obige noch einmal gemacht, aber auf der entgegengesetzten Seite, nämlich anstatt daß nach obiger Angabe c der linke Fuß über den Stab hereingesetzt wird, kömmt hier der rechte an die Reihe.

5. Das Ausziehn eines Messers.

Ein Messer wird dicht am rechten Fuße neben den kleinen Zehen in die Erde gesteckt. Die rechte Hand fasst von vorn nach hinten um das linke, wie auch um das rechte Bein herum, und zieht es heraus. Die Füße bleiben vom Anfang an geschlossen und dürfen nicht verrückt werden. — Wird von beyden Seiten geübt.

6. Setzen und Aufstehn ohne Handgebrauch. Mit beyden Beinen.

a) Mit gekreuzten Beinen. Die Beine werden im Stehen gekreuzt gestellt, man hockt sich zusammen und setzt sich nieder, ohne aufzustoßen und steht dann eben so auf. Im Aufstehn macht man linksumkehrt, wenn das rechte Bein vorn war, und rechtsumkehrt, wenn linke vorn war. Durch diese Wendung hebt sich die Kreuzung. Schwieriger ist diese Uebung

b) mit nichtgekreuzten Beinen, weil man sie über die ganze Kniehöhe heraufheben soll. Kleine Knaben machen sie wohl, erwachsenere Personen seltener.

c) Auf Einem Beine. Eine treffliche Uebung, die ganz hierher gehört, in so fern sie zur Biegsamkeit des Körpers beyträgt; aber hier einer nochmaligen Beschreibung nicht bedarf, indem sie oben beym Waghalten Vorübung 1. n und o beschrieben und durch Zeichn. Bl. Blatt II. dargestellt worden ist.

7. Der Fußkuß.

Stehend auf Einem Fuße, hebt man den andern mit beiden Händen, besser nur mit Einer Hand, und berührt mit dessen Spitze die Stirn oder die Scheitel. Diese Uebung in links und rechts zu machen, und ist selbst für Erwachsene wenig schwierig. Aber den Fuß von hinten her herauf zu ziehen und damit das Kinn zu berühren, ist bey weitem nicht jedermanns Sache.

8. Der Sprung über das eigene Bein.

Der eine Fuß wird mit der entgegengesetzten Hand fest gehalten und mit dem stehenden Fuße springt man über das quer gehaltene Bein weg. Es wird beydseitig geübt.

9. Der Umsprung.

Im Stillstande werden die Knie gebogen, man springt auf, und dreht sich im Sprunge um seine eigene Achse, wenigstens Einmal.

10. Der Fußkreis.

Auf Einem Fuße stehend wird der andere gehoben, etwa nur $\frac{1}{2}$ F. vom Boden. Diesen hängenden Fuß beginnt man immer schneller und schneller in einem wagrechten Kreise herum zu schwenken; erst rechts, dann links herum. Die Aufgabe ist nicht so leicht als sie scheint. Wird beydseitig geübt.

Das Baden.

Das lockend Angenehme des Bades an heißen Tagen, ist gerade nicht eigentlich der Zweck des wackern Turners, wenn er zum Wasser geht. Begegnet ihm das Angenehme von selbst, so nimmt er es; suchte er aber immer nur dieses, so müßte er das kältere Wasser des ersten Frühlings, des kühlen Herbstes vermeiden, und sich als ein Weichling erscheinen.

Er will Reinlichkeit, Stärkung der Muskeln und Nerven selbst im kühlern Wasser suchen; er will Gewöhnung des Körpers und besonders der Haut, an die rauhern Eindrücke der Witterung; kurz eine derbere Strebkraft des ganzen Körpers. Er sieht hinaus in die Zukunft. Wenn einst das Vaterland ruft, ist dann, selbst an den heißesten Tagen an Abkühlung zu denken? Wird die Witterung zu den Märschen und Wachen im Freyen von dem Befehlshaber erwartet? oder kann dieser sie gebieten? Ist den rauhen Eindrücken der Nässe, der Kälte des Sturmes, dem oft nothwendigen Durchwaden eines Gewässers anders zu widerstehen, als durch eine derbe, gesunde Haut und allgemeine vernünftige Abhärtung des Körpers? —

Ein zweyter Zweck des Badens ist die Vorbereitung zu der höchst nützlichen und nöthigen Kunst des Schwimmens.

Es ist unmöglich, diese zu erlernen, ohne durch jenes sich vorher ans Wasser gewöhnt zu haben.

Ein gefahrloser Badeplatz ist jeder Turngesellschaft sehr zu wünschen; aber leider wird er wohl mancher fehlen und nicht überall durch Nothmittel zu erlangen seyn: Letztere sind:

Wir wallfahrten, wie der Hindus, zu einem größern oder kleinern Ganges, der nicht zu weit entfernt ist, und hierzu können die oben erwähnten Wanderungen benutzt werden. Ich rede nicht von großer Vorsicht bey unbekannten Gewässern, denn der Turnlehrer ist ja der Führer.

Ein anderes Nothmittel ist dieses: Oft kann selbst ein kleiner Bach des Ortes, wenn er nur nicht schlammiges Wasser hat, zum Baden trefflich benutzt werden, wenn man die Erlaubniß hat, ihn unter einer erweiterten Stelle durch Dämmung zu stämmen. Ist hierdurch das Becken gefüllt, so geht der Ueberfluß weiter und kein Mühlwerk ist gehindert. Um das herrliche Wasser eines hiesigen Waldbaches zu genießen, führte ich oft ganz allein das Gesagte durch einen flüchtigen Steindamm aus, den ich während des Badens anlegte. Ist aber ein Fluß, ein See oder ein Teich mit einem Gewässer zur Hand, dann kann man solche Nothmittel entbehren. Sorge man dann nur für gehörige Kenntniß und sichere Begränzung des Platzes.

Was die Schamhaftigkeit gebietet, weiß jeder Turnlehrer. Liegt der Badeplatz abgesondert, so können leinene Beinkleider, die nur bis an das Knie hinreichen, genügen; dicht an Städten wird man wohl mehr thun müssen.

Ich habe im Eingange den Nutzen des Badens in freyen Gewässern angegeben, ich füge die Baderegeln hinzu:

Baderegeln.

1) Jahreszeit, Tageszeit und Wärmegrad des Wassers. — Mit Anfängern beginne man das Baden in den wärmsten Tagen des Frühlings und Sommers, und dann immer erst gegen Abend, weil dann das Wasser am meisten durch die Sonne erwärmt ist. Wir legen es vorzüglich darauf an, die Haut allmählig gegen die Eindrücke der Witterung abzuhärten, darum baden wir in Hinsicht auf Tageszeit nach und nach früher, morgens und frühmorgens. Auf diese Art werden wir selbst im kühlern Herbste das Bad noch nicht zu kalt finden. —

2) Beschaffenheit des Wassers. — Man wähle, wenn man die Wahl hat, reines, frisches Wasser der See, der Flüsse, der Teiche, wenn diese letzten viele eigene Quellen, oder starken Zu- und Abfluß haben.

3) Zeit des Badens in Rücksicht auf den Körper. Man bade nie, wenn man Empfindung von zufälliger Kränklichkeit an sich bemerkt. Hierauf hat der Turnlehrer genau Rücksicht zu nehmen. Man bade nie, so lange als die Verdauung noch nicht vollendet ist; alle Aerzte verbieten das. Eben darum ist die Zeit von frühmorgens bis einige Zeit vor dem Mittagsessen, so wie 4 bis 5 Stunden nach demselben, die bequemste. Das alles ist rathsam; aber nicht nothwendig. Bist du ein guter Schwimmer, und ein Mensch ist in Noth, so wirst du von der Tafel aufstehn, ihn retten und dann dennoch trefflich verdauen.

4) Vorbereitung zum Bade. Muß man weit gehen, um zum Wasser zu kommen, so ist Erhitzung möglich. Erhitzt darf man aber nie ins Wasser springen.

Man warte am Ufer, bis diese sich legt, dann kleide man sich plötzlich aus und springe ohne Aufschub ins Wasser. Entblößt die Abkühlung abzuwarten, ist durchaus noch weniger rathsam; ich sage rathsam, wiewohl ich weiß, daß die rüstige Jugend auch die schnellste Abkühlung abhält. Besser ist besser. — Man warte bey der Abkühlung nicht bis zum Fröstеln, sondern nehme, zum Widerstande gegen die Kühle des Wassers, einen noch etwas lebhaften Blutumlauf mit ins Bad. Eben darum ist es sehr gut, vor dem Bade einige Bewegung zu haben. Auf den Schweiß, den die Hitze des Tages auspreßt, ist wenig zu achten. —

5) Art das Bad zu nehmen. — Man kann den Kopf vorläufig und schnell durch einige Hände voll Wassers abkühlen, das ist nicht unrecht. Eine elende Art ist es aber, schrittweise ins Wasser zu gehen; eine viel bessere, hinein zu springen: die beste mit dem Kopf voran zu springen. Allein zum Sprunge auf die eine oder andere Art, entschließt sich nicht gleich jeder Anfänger und mit dem Kopfe voran darf er es gar nicht wagen, so lange er nicht Schwimmer ist, denn es gehört dazu hinlängliche Tiefe des Wassers, folglich Fertigkeit des Schwimmens. Ein solcher benetze Kopf und Brust, laufe bis hoch über die Knie ins Wasser und werfe sich schleunig unter die Oberfläche nieder. Ist dieß einige Mal geschehen, so halte man ihn nun an, Fußwärts hinein zu springen, in etwa 3 Fuß tiefes Wasser, und sich nach geschehenem Sprunge sogleich zu tauchen. —

6) Verhalten im Bade. Man sey im Bade nicht unthätig; schwimme wenn man kann, oder reibe sich

mit wollenem Zeuge den Körper. Der Kopf muß oft untergetaucht werden, zumal wenn es nicht möglich ist, im Schatten zu baden. —

7) Dauer des Bades. Es ist vergeblich, hier eine Zeit fest setzen zu wollen. Alles kömmt auf den Wärmegrad des Wassers, auf die Leibesbeschaffenheit, auf Ruhe oder Bewegung im Bade an. Bey merklich kaltem Wasser, an sehr kühlen Tagen, ist für das ruhige Bad eine einzige Minute schon genug; bey größerer Wärme sind 5 bis 15 Minuten nicht zu viel, und beym Schwimmen ist eine Stunde und mehr, im geringsten nicht schädlich. Es gibt eine Hauptregel: Bleibe im Wasser, so lange es dir behagt; verlaß es, wenn die Kälte dich schauern macht. —

8) Verhalten nach dem Bade. Junge, derbe Leute springen nackend, mit nassem Körper im stärksten Winde herum, und lassen sich von ihm abtrocknen. Ihr lebhafter Blutumlauf macht das alles unschädlich. Für andere ist es rathsam, sich nach dem Bade schnell abzutrocknen, auch wohl die Haut mit einem Tuche sanft zu reiben und sich schnell anzukleiden. Für Alle aber ist es heilsam, sich nach dem Bade einige Bewegung zu machen.

Wenn man bey der ersten, etwas merklichen Anwandlung des Frostes das Bad verläßt, und nach dem Abtrocknen das erste Kleidungsstück überwirft, so empfindet man eine angenehme Wärme, die sich allmählig über den ganzen Körper verbreitet, und mit ihr ein Wohlbehagen, das sich durch den Körper schnell dem Geiste mittheilt. Man ist abgekühlt und erfrischt, ohne zu frieren. Dieser Zustand ist das Merkmal von der Zuträglichkeit des Bades. —

Uebelbehagen, Frieren, Eingenommenheiten des Kopfes sind Folgen davon, daß man entweder zu lange im Wasser blieb, oder den Kopf zu wenig abkühlte, oder das Bad zu kalt gebrauchte, oder endlich daß man, wenn diese Folgen sich immer zeigen, zum kalten Bade überhaupt zu wenig Körperkraft besitzt. Für den Turnlehrer ergibt sich daraus endlich noch die Regel, die schwächlichern seiner Schüler vorzüglich zu beachten.

Das Schwimmen.

Der Nutzen des Schwimmens ist schon seit den ältesten Zeiten anerkannt, und eben darum stand diese Uebung schon bei den Griechen in hohem Ansehen. Es vereinigt zuvörderst alle guten Wirkungen des Badens in sich, und unterstützt dieselben in mancher Hinsicht. Am anerkanntesten ist der Nutzen dieser vortrefflichen Uebung, in so fern sie als ein Rettungsmittel in Wassersgefahr betrachtet werden kann. Wenige hat man bisher wohl die Wirkungen ins Auge gefaßt, die diese mannhafte Kunst auf den Körper des Menschen äußert. Es gibt eine Menge trefflicher Uebungen, die darauf angelegt sind, die Muskelkräfte des Körpers zu erhöhen; aber keine einzige thut es auf die Art, wie das Schwimmen, weil nicht eine einzige den menschlichen Körper in den besondern Stellungen und den besondern Umständen in Anspruch nimmt, wie diese. Es sind besonders die Muskeln der obern und untern Glieder, die hier in Arbeit genommen werden, vorzüglich die der Brust und Arme. Ich habe Turnschüler gehabt, welche diese Bewegung 4, 5, 6, 7 Viertelstunden ununterbrochen hintereinander fortsetzten. Würde dieß möglich seyn, wenn nicht die Kühlung des Wassers gleichsam durch Stählung dem Körper zu Hülfe käme? Dieser Umstand

ist von Bedeutung. Hier ist Anstrengung des Körpers unter fortdauernder Stärkung; der stärkende Eindruck des Wassers vereint sich mit dem der Muskelbewegung. Ist daher irgend eine Uebung geschickt, dem Körper Muskelkraft zu geben, so ist es diese. Ferner ist diese Uebung sehr heilsam für die noch unausgebildete Brust der Jugend. Die Anstrengung der Lungen ist hier ohne alle Erhitzung, sie athmen freyer und tiefer, das ganze Brustgewölbe wird durch die Haltung des Körpers und die Bewegung der Arme nach vorn hinausgetrieben; es gibt kein Mittel, die Brust des Knaben schöner zu wölben als dieses. Und endlich, entwickelt nicht das Schwimmen die Keime des männlichen Muthes, kann es nicht in so manchem Falle den Grundsätzen der Sittlichkeit durch Thatkraft zu Hülfe kommen?

Laßt uns den Blick noch höher erheben. Unsere Söhne bilden sich auf dem Turnplatze zum Schutze des Vaterlandes, um einst als tapfere Wehrmänner bereit zu stehen. Sind sie gewiß, daß sie als solche nie in Wassersnoth gerathen werden? Mit Schmerz gedenke ich der Sachsen bey Miltenberg; — ist im Kriege durch Ueberschwimmung eines Stromes nicht oft ein wichtiger Gegenstand ausführbar, nicht oft ein empfindlicher Schlag dem Feinde beyzubringen; hält dieser sich nicht gewöhnlich für sehr sicher, wenn er einen Fluß vor sich hat und gewiß weiß, daß es dem Gegner an Ueberkunftsmitteln fehlt? Sagt es dem jungen Turner, daß griechische Krieger gegen Xerxes zwar ihre Schiffe verloren, aber meist ihr Leben retteten, indem sie nach Salamis schwammen; sagt ihnen, daß die römischen Krieger nach den Waffenübungen auf dem Marsfelde, Schweiß und Staub im Tiber durch Schwimmen abwuschen. Man wußte, daß man nicht immer auf Brücken über die Flüsse setzen könne. Und gewiß ist es viel leichter, die Waffen eines Kriegshaufens

allein in Fahrzeugen über den Strom zu bringen, als diese und die Männer zugleich.

Ferner: wie viele Menschen sterben im Vaterlande jährlich den Tod im Wasser; ja was fast nicht zu glauben ist, wieviel solcher Menschen, die ihre Nahrung auf und in dem Wasser suchen. Zürnen muß man der Verfeinerung und Faulheit! Und was ist es, was wir fordern? Es ist die Kraft nicht der Männer, nein nur der Australischen Weiber und Mädchen und kleinen Kinder, die 1, 2 Seemeilen bey Tag oder Nacht im unermeßlichen Meere so nebenan zum Vergnügen rudernd durchschneiden. — Allein wir sind auch keine Australier! — Ich weiß dieß, denn sonst wäre auch ich es, und schriebe hier nicht; aber brave Menschen aus den gebildetsten Ständen geben hier die kräftigste Widerlegung. Ich könnte jugendliche Schwimmer meines Platzes namentlich anführen, die man allenfalls des Nachts aus dem Schlaf ins Wasser zu schütten wagen dürfte; ertrunken wären sie schwerlich! — Andere, welche $\frac{1}{3}$, ja bis 725 Pariser Fuß über $\frac{1}{2}$ geogr. Meile ohne abzusetzen hinausschwammen, und zwar nicht stromab, was weit weniger Kunst wäre, sondern im stehenden Wasser.

Wie ist so etwas zu erlernen? Ich könnte mir es recht leicht machen mit der Antwort: bey den Halloren in Halle, in Schönebeck! — So wäre ich fertig am Ende, indem ich hinzufügte: nur noch einen gebildeten Kopf daneben, der die Leitung des Ganzen übernähme und ordnete. Allein, sagt man mit vollem Rechte: nicht nur die Halloren, sondern selbst andere Kunstverständige sind unserm Platze viel zu entfernt. Das ists, was mich antreibt, die Kunst des Schwimmens hier so deutlich als möglich zu lehren, und meine durch lange Erfahrung geprüfte Lehrart hinzuzufügen, so daß der

Turnlehrer, wenn er auch selbst nicht schwimmen kann, auf jeden Fall dahin gelangt, ein, zwey, drey junge Leute seiner Gesellschaft, und sollten es auch nur solche seyn, welche vorzügliche Anlage dazu hätten, zum Schwimmen zu bringen. Kann er das, so ist die Sache gewonnen, er hat einen Schwimmerstamm, der sich ohne allen Zweifel fortpflanzt; kurz die Schwimmschule ist gemacht und selbst zu den Nachbarschaften geht diese edle Kunst über.

Um die Schilderung der folgenden Uebungen zu verstehn, ist es nöthig, einige Worte voranzuschicken.

Der menschliche Körper ist bald mehr, bald weniger leichter als Wasser. Die Schwimmkunst setzt es sich zum Zweck, diese natürliche Leichtigkeit zu unterstützen und die Haltung und Bewegung des Körpers dabey so anzuordnen, daß das Athmen frey bleibt und zugleich die Fortbewegung im Wasser möglich gemacht wird. Nur beym Tauchen und Schwimmen unter der Wasserfläche wird der natürlichen Leichtigkeit entgegen gearbeitet und das Athmen eingestellt.

Beym Schwimmen ist der Körper das Fahrzeug und seine Glieder sind die Ruder zum Fortbringen. Jedes Kunst-Ruder hat eine schmale, schneidende und eine breite Seite. Durchschneidet man mit der erstern das Wasser, so wird man wenig Widerstand merken, sehr merklich ist dieser aber, wenn man die breite Seite dem Wasser entgegenkehrt. Die Glieder des Körpers haben hierin Aehnlichkeit, nämlich ihre breiteren und ihre schmäleren Seiten. Will man seinen eigenen Körper vermittelst der Glieder fortrudern, so werden die obern und untern Glieder bey diesem Ruderschlage oder Streichen so bewegt, daß sich die Schwimmflächen, d. i. die breiteren Flächen jener Glieder dem Wasser entge-

gensetzen. Ist aber dieses Streichen vollendet und die Glieder sollen wieder in den Anfangspunkt des Ruderschlages zurückgezogen werden, um von da einen neuen zu beginnen, so geschieht diese Rückbewegung so, daß die schmalen oder schneidenden Seiten jener Glieder voranstehen. Die vorzüglichsten Ruderflächen der Glieder sind: die innere flache Hand und die daran gränzende Fläche des Unterarms bis zum inneren Ellenbogengelenk; die äußere Hand; die Fläche des Schenkels vom Hüftgelenk bis zur Stelle der Knieschnalle, die Fläche des Beines geht von da äußerlich weiter herab bis zum äußern Fußknöchel, der Fuß hat eine obere und untere Schwimmfläche.

Jedes Ruder ist um so wirksamer, je länger es ist. Gebraucht man die Arme verkürzt oder sie ausgestreckt beym Streichen, so macht dieß folglich einen merklichen Unterschied. Ferner ist der Widerstand des Wassers um desto stärker, je schneller und kräftiger die Schwimmflächen durch dasselbe fortbewegt werden. Dieses Wenige mag aus der Theorie des Schwimmens hinreichen.

Die Hauptarten des Schwimmens sind:

1) Das Schwimmen auf der Brust; 2) das Wassertreten; 3) das Schwimmen auf dem Rücken; 4) Das Tauchen; 5) Das Schwimmen unter dem Wasser. Ich werde sie genau darstellen; 6) das Nöthigste über den Sprung ins Wasser sagen; 7) und 8) die Turnübungen dazu geben.

1. Das Schwimmen auf der Brust.

a) Das Schwimmen auf der Brust gerade aus, mit den obern und untern Gliedern zugleich. —

Diese Schwimmart ist die vorzüglichste von allen, und allen Schwimmern in allen Weltgegenden gemein. Wer nur diese vollkommen versteht, von dem sagt man schon: er kann schwimmen. Und in der That lernt jeder, der sie versteht, alle übrigen Schwimmarten sehr bald von selbst. Eben darum ist sie es, mit der man den Anfang macht, ungeachtet es andere Haltungen im Wasser gibt, die Beziehungsweise leichter genannt werden können.

Die Vorzüge dieser Schwimmart liegen darin, daß der Schwimmer nach der Gewohnheit des Gehens nur vorn hinaus thätig ist; daß die Werkzeuge des Athmens vollkommen frey über dem Wasser bleiben, denn nicht bloß der Kopf und Hals, sondern selbst die Schultern, steigen über dem Wasserspiegel hervor; daß man die ganze Wasserfläche im Gesicht behält, und danach seine Richtung nehmen kann; endlich, daß sie ungemein schnell forthilft.

a) Lage des Körpers. — Der Schwimmer liegt schreg im Wasser auf der Brust, mit den Beinen viel tiefer. Nur nach vollendetem Streichen steigen die untern Glieder mehr herauf. — Kopf und Hals sind stark rückwärts gebogen, die Brust steht hochgewölbt hervor, der Rücken ist einwärts gebogen. Die Arme sind vor dem Gesichte hinausgestreckt; die Hände liegen nah unter dem Wasserspiegel, nicht wagrecht, sondern mit den Daumen etwas tiefer als mit den kleinen Fingern. Die Finger sind ausgestreckt an einander geschlossen,

der Daumen legt sich seitwärts an den Zeigefinger. — Die Schenkel sind von einander gespreitet, die Kni folglich weit von einander. — Die Hüftgelenke sind nur wenig oder gar nicht gebogen: aber die Kniegelenke desto mehr, denn die Füße sind heraufgezogen bis nahe an das Gesäß, und einander sehr nahe. Die Fußspitzen werden stark ausgestreckt, so daß die obern Fußflächen mit den Beinen einen möglichst stumpfen Winkel machen. — Dieß ist pünktlich genau die Haltung der Glieder nach geschehener Zurückbewegung, folglich unmittelbar vor dem Streichen oder der eigentlichen Schwimmbewegung.

b) Schwimmbewegung. Jede Hand streicht aus jener Lage in einem Viertelsbogen seitwärts aus. Diesen Bogen hebt gleich unter der Wasserfläche an, wo Anfangs die Hände liegen, und senkt sich allmählich tiefer, so wie auch die Daumen nach unten zu stehen kommen, jemehr sich der Bogen seinem Ende nähert. Durch dieses Niedersenken des Bogens wird der Körper mehr gehoben und durch das Niederdrehen der Daumen erhält die Hand eine Lage, in der sie mit der innern Fläche zurückdrückt und den Körper vorwärts treibt. Schwimmt man mit voller Anstrengung, so werden die Arme beym Streichen steif gehalten, will man gemächlicher verfahren, so läßt man sie etwas gebogen. Ganz vergebliche Arbeit ist es, mit den Händen nicht bloß einen Viertelsbogen, sondern einen Halbkreis bis an die Hüften zu machen. — Anfänger müssen sich sehr hüten, während des Streichens die Hände so weit herumzudrehen, daß die inneren Flächen gegen den Wasserspiegel heraufblicken; sie würden sich dadurch gewiß unter das Wasser arbeiten.

Die Füße streichen aus der anfänglichen, vorhin angegebenen Lage, in zwey Bogen weit auseinander und zugleich in die Tiefe, bis die Kniegelenke vollkommen gestreckt sind. Sie streichen folglich durchaus nicht dicht neben einander vom Gesäß an in das Wasser hinten hinab. Auch können sie dieß nicht, weil die Knie weit von einander stehen. Bey diesem Streichen drücken die äußern Flächen der Beine und die obern der Füße rückwärts gegen das Wasser, wodurch der Schwimmer nach vorn hinausgleitet. Man ist durchaus irre, wenn man sich unter der Bewegung der Füße ein Treten nach hinten hinaus denkt, wobey die Sohlenfläche gegen das Wasser strebte; durchaus irrt, wenn man glaubt, der Frosch schwimme wie der Mensch. Ist der Ruderschlag mit beyden Beinen vollendet, so bleiben sie nicht von einander gesperrt stehen, sondern nähern sich in ausgestreckter Stellung einander, damit sie der Fortgleitung des Körpers nicht hinderlich werden.

Zurückbewegung. Wir verließen so eben den Schwimmer nach der Vollendung eines Ruderschlags. Da sind seine Arme und Hände seitwärts, und die untern Glieder hinten hinausgestreckt. Um den nächsten Ruderschlag zu beginnen, müssen die Glieder zuförderst in die Lage zurückbewegt werden, die sie vor dem Streichen hatten. Dieß geschieht so: die Ellenbogen krümmen sich, und die Hände ziehen sich vor die Brust. Auf diesem kurzen Wege schneidet die Daumenseite voran. Sind sie vor der Brust angelangt, so werden die Arme gestreckt und beyde Hände fahren, mit einem Rucke des Körpers, wiederum vor dem Gesichte hinaus, wobey aber die innern Handflächen ja nicht gegen das Wasser drücken, sondern die Handspitzen schneiden müssen.

Die Zurückbewegung der Füße ist diese. Die Knie trennen sich sanft von einander, sie beugen sich, und langsam ziehen sie dadurch die Ferſen vor das Gefäß. Es ist ein gewöhnlicher Hauptfehler: hierbey die Schenkel in den Hüften zu biegen, und die Knie nach der Bruſt hinaufwärts zu bewegen; denn eben dadurch arbeitet man sich unter das Waſſer.

Zeitbestimmung. — Machte man alle obigen Schwimmbewegungen auch auf das trefflichſte, so würde man darum noch nicht schwimmen können, wenn diese Bewegungen, in Abſicht auf Zeit, nicht richtig zuſammengestimmt würden. Die gewöhnliche Meynung, die dahin geht, man müſſe mit Händen und Beinen gleichzeitig ſtreichen, iſt falſch. Man merke ſich folgendes genau: Die Bewegung und Zurückbewegung der Hände hat drey Abtheilungen; a) die Hände ſtreichen ihren Bogen; b) ziehen ſich vor die Bruſt; c) ſtrecken ſich vor dem Geſicht hinaus. Die Füße haben nur zwey Bewegungen, nämlich d) ſie ſchlagen ihren Bogen; e) ſie bewegen ſich wieder zurück vor das Gefäß. Die Bewegung c der Hände fällt zuſammen mit d der Füße, d. h. die Ausſtreckung der Hände geſchieht in demſelben Augenblicke, wo die Füße den Ruderſchlag machen. Ich erkläre dieſes für das einzige echte Benehmen. Auf dieſe Art öffnen die Hände und Arme in ſchnabelförmiger Geſtalt nicht nur dem Schwimmer die Bahn, ſondern da er durch den Ruderſchlag der Beine in demſelben Augenblicke kräftig unterſtützt wird, ſo wird es ihm dadurch möglich, die Ausſtreckung der Hände mit einem Rucke des ganzen Körpers nach vorn hinaus zu begleiten. Durch dieſe beyden Bewegungen c und d gleitet der Körper kräftig fort, und in demſelben Augenblicke, wo ſie vollendet

sind, streichen die Hände ihren Bogen und kommen dem Fortgleiten des Schwimmers in dem günstigsten Augenblicke zu Hulfe. —

b) Das Schwimmen auf der Brust, mit vorgestellter Schulter, mit den obern und untern Gliedern.

Das Abgehende dieser Schwimmart von der vorigen ist nur gering. Es besteht in folgendem. Der Schwimmer, welcher nach der vorigen Art schwimmt, drehr sich etwas im Rücken, und stellt dadurch die Eine, wir wollen annehmen, die rechte Schulter voran. Sie senkt sich ins Wasser, indeß die linke aufwärts gerichter wird. Das Gesicht wendet sich nach der linken Schulter. Die Schwimmbewegungen sind ganz wie bey der vorigen Schwimmart. Nur eine kleine Abweichung entsteht in der Bewegung der Hände durch die veränderte Lage des Schwimmers; denn da die rechte Schulter voransteht, so greift die rechte Hand weiter nach vorn hinaus als die linke, dagegen geschieht der Strich mit der linken auch weiter zurück, als mit der rechten. Sehr vortheilhaft ist diese Schwimmart, weil die Schulter das Wasser leichter durchschneidet, als die Fläche der Brust.

c) Das Schwimmen auf der Brust, gerade aus, und auch mit vorgestellter Schulter, mit beyden Beinen aber nur mit einer Hand. —

Man schwimmt völlig so, wie unter a angegeben worden, und läßt die Eine Hand ruhen, um etwas damit über dem Wasser zu tragen; oder man schwimmt völlig so, wie

unter b beschrieben ist. In diesem letzten Falle bleibt allemal derjenige Arm in Arbeit, dessen Schulter man im Wasser voranstellt.

d) Das Schwimmen auf der Brust mit den untern Gliedern allein. —

Die Bewegung der Füße ist ganz dieselbe, wie bey dem Schwimmen auf der Brust a. Der Körper liegt etwas schreger im Wasser. Die Arme werden an die Seiten gelegt, die Hände bilden zusammengelegt vor der Brust einen Schnabel.

e) Das Schwimmen auf der Brust mit den obern Gliedern allein. —

Die Bewegung der Hände ist die alte, die oben bey a angegeben worden. Da die Beine gerade ausgestreckt völlig ruhig bleiben, so senken sie sich tiefer, und die Lage des Schwimmers kommt dem Stehen näher.

2. Das Wassertreten.

Die Aufgabe ist, den Körper in einer senkrechten, oder doch nur wenig vor- oder rückwärts geneigten Stellung so im Wasser zu erhalten, daß Kopf und Schultern, ja wohl selbst ein Theil der Brust über dem Wasserspiegel bleiben. Bloß die untern Glieder sind in Arbeit. Es gibt mehrere Arten ihrer Anwendung. Ich übergehe sie als überflüssig. Die beste und leichteste Art ist, die untern Glieder gerade zu gebrauchen, wie beym Schwimmen auf der Brust mit den untern Gliedern allein, unter 1. d angegeben worden. Nur muß hier die Person nicht vorwärts liegen, sondern gerade

stehn. Die Hände werden gewöhnlich über der Wasserfläche gehalten. Bey den ersten Versuchen kann man sich am Rande eines Kahns oder einem schwimmenden Holze anhalten.

3. Das Schwimmen auf dem Rücken.

a) Das wagrechte Liegen auf dem Rücken, und das Hangen im Wasser.

Diese beyden Arten des Schwimmens sind darum äußerst schätzbar, weil sie gar keine Anstrengung der Glieder erfordern und daher vortrefflich zum Ausruhen dienen.

Der Lehrling gehe bis an die Hüften ins Wasser, lege sich rücklings sanft auf das Wasser nieder, indem er den ganzen Körper starr und gerade ausgestreckt hält. Er krümme sich durchaus nicht in den Hüften, im Rücken, oder im Genick. Ist die sogleich anzugebende Bewegung im Gange: so liegt der ganze Hinterkopf bis an die Ohren im Wasser, das Gesicht, die Oberfläche der Brust, Knie und Fußspitzen sind über dem Wasserspiegel, die Oberarme liegen angeschlossen an beyde Seiten. — Die Bewegung ist sehr einfach. Die Hände liegen mit ausgestreckten, und aneinander geschlossenen Fingern dicht neben den Schenkeln, die Seite des Daumens tiefer, als die des kleinen Fingers. Aus dieser Lage streicht man, durch die gehörige Bewegung in den Ellenbogen- und Handgelenken von den Schenkeln schreg abwärts hinab, in ganz kurzen, schnell auf einander folgenden Strichen, so daß die innern Handflächen gegen das Wasser drücken, und den untern Körper, der sonst sinken würde, über dem Wasser erhalten. Sinken die Beine und Schenkel, so liegt die Ursache darin, daß man den Kopf

nicht tief genug rückwärts ins Wasser senkt, oder vorzüglich auch darin, daß man die Hände zu weit von den Knien herauf, nach den Hüften hin arbeiten läßt: —

Das Hangen im Wasser kann bey dieser Uebung sehr bequem, jedoch nur in größerer Wassertiefe, mitgenommen werden. Der Lehrling hört mit der obigen Bewegung auf, und streckt die Arme und Hände auf beyden Seiten gerade aus. Natürlich sinken nun nach und nach erst die Füße, die Knie und Schenkel, dann der ganze Unterleib und der größte Theil der Brust unter das Wasser. Der Körper hängt schief herab; der Kopf wird stark zurückgebogen, das Gesicht ist gen Himmel gerichtet und ragt, oft sogar mit dem Halse und einem Theile der Brust, über dem Wasserspiegel hervor. Zum Erholen ist diese Haltung vortrefflich. Allein nicht jeder ist im Wasser so leicht, daß er Mund und Nase außer dem Wasser behielte. Es kömmt auf Versuche an.

b) Das Schwimmen auf dem Rücken, mit den Händen allein.

Die Haltung des Körpers ist völlig, wie bey der vorigen Uebung; nämlich man liegt auf dem Rücken schreg im Wasser, denn die Füße senken sich beträchtlich; das Gesicht ragt frey über dem Wasser hervor. Die Schwimmbewegung ist einfach. Die beyden Arme und Hände sind von beyden Seiten völlig ausgestreckt. Die Hände stehen schreg, denn die Daumen liegen höher, die kleinern Finger lagern sich merklich tiefer. Aus dieser Lage streichen Arme und Hände, deren Finger, wie durchaus bey allem Schwimmen, dicht aneinander gefügt werden, in einem Viertelsbogen bis hart an die Schenkel. Durch dieses Streichen wird begreiflich der Körper kopfwärts fortgetrieben, und

durch die schrege Haltung der Hände aus dem Wasser herausgeschoben.

Die Rückbewegung der Hände ist eben so einfach, man zieht die Hände langsam von den Schenkeln wieder zurück, wobey die kleinen Finger vorangehn, und das Wasser schneiden. Sind sie wieder bis zur völligen Ausstreckung gekommen, so drehet man die Hände wieder schreg, so daß die Daumen höher stehen.

c) Das Schwimmen auf dem Rücken, bloß mit den untern Gliedern. —

Diese Schwimmart bildet eine der Hauptübungen der Schwimmkunst. Bey einer sehr bequemen Lage des Körpers hilft sie so gut fort, daß man mit jedem Ruderschlage etwa die ganze Länge des Körpers zurücklegt. Da sie hierzu nicht einmal den Gebrauch der Arme verlangt, so strengt sie wenig an, und dient vielmehr zum Ausruhen der Arme und Brust, wenn man vorher auf der Brust geschwommen ist. —

Die Haltung des Körpers ist wiederum schreg, wie vorhin. Man liegt auf dem Rücken, so daß zwischen dem Wasserspiegel und der Person ein Winkel von ungefähr 40 Grad statt findet. Der Hinterkopf liegt bis über die Ohren im Wasser, man sieht gen Himmel. Die Oberarme drücken sich dicht an beyden Seiten, die Hände falten sich auf der Brust. Schlechterdings darf man sich nicht im Rücken vorwärts krümmen oder den Kopf vorwärts neigen, als wolle man nach den Füßen sehn. —

Die Bewegung ist diese: Die Knie werden vorläufig langsam in die Höhe gezogen, und dabey von einander gesperrt. Die Fersen bleiben dagegen nahe an einander nicht

weit vom Gesäß. Aus dieser Stellung wird mit den Füßen kraftvoll gegen das Wasser hinabgetreten; aber keineswegs so, daß die Füße gerade hinab gehen und die Beine nach dem Tritte neben einander stehen, sondern indem die Füße hinabfahren, so streichen sie dabey weit aus einander. Auf diese Art wirken nicht bloß die Fußsohlen, sondern auch die äußern Flächen der Beine und Schenkel gegen das Wasser, und der Körper wird mit ziemlicher Gewalt fortgedrückt, so daß bey jedem Striche die Arme und Hände sammt der Brust über das Wasser emportreten. Nach jedem Striche folgt die schon angegebene Zurückbewegung der untern Glieder. Die Wiederholung des Streichens geschieht langsam, taktmäßig und zugleich mit einem Rucke des ganzen Körpers. Ist es vollendet, so muß man das Fortgleiten des Körpers erst ruhig bis zum Ende abwarten, ehe man die Knie wiederum langsam heraufzieht.

d) Das Schwimmen auf dem Rücken mit den Armen und Beinen zugleich. —

Diese Methode des Schwimmens ist zusammengesetzt aus den unter b und c angegebenen Schwimmarten. Hat der Lehrling jene beyden erlernt, so kann er zu dieser übergehen. Die Bewegungen sind bey b und c schon angegeben, es ist daher nur nöthig, sie zusammen zu stimmen. Wenn die Knie zum bevorstehenden Stoße heraufgezogen werden, so streckt man gleichzeitig die Arme an beyden Seiten langsam aus, wobey die Hände mit der Seite der kleinen Finger das Wasser durchschneiden. Geschieht nun der Strich mit den untern Gliedern, so streichen die Hände, wie in b angegeben, ihren Viertelsbogen bis an oder über die Schenkel. Der Körper gleitet mit vieler Schnelligkeit fort, und

die Glieder bleiben nach unten hinaus ausgestreckt, bis die Gleitung vollendet ist, dann beginnt die Rückbewegung von neuem. Zu bemerken bleibt noch folgendes: Es ist nicht durchaus nöthig, daß die obern und untern Glieder gleichzeitig den Ruderschlag machen, sie können ihn auch nach einander thun; ferner: man braucht die Rückbewegung der Hände nicht nothwendig unter der Wasserfläche zu machen, sondern kann Arme und Hände hervor ziehen und sie kopfwärts wieder versenken, um den neuen Ruderschlag zu machen.

4. Das Tauchen.

Tauchen heißt willkührlich unter die Oberfläche des Wassers hinabgehen. Es gehört, wie jedermann leicht berechnen kann, unter die ersten, nothwendigsten Fertigkeiten des Schwimmers.

Zwey Schwierigkeiten widersetzen sich dem Tauchen: Mangel des Athems und die natürliche Leichtigkeit des Körpers. Will man tauchen, so zieht man im Augenblicke vorher die Luft stark in die Lungen, fühlt man hernach unter dem Wasser Beängstigung, so läßt man von Zeit zu Zeit ein wenig davon von sich; dieß schafft jedesmal Erleichterung.

Alles Tauchen zerfällt in zwey Arten: Fuß- oder Kopfwärts. Zur Bekämpfung der zu großen Leichtigkeit des Körpers sind folgende Bewegungen die besten.

a) Beym Tauchen Fußwärts. — Man stellt sich senkrecht ins Wasser, eine Lage, die man durch das obige Wassertreten erhält. Ist man in diese gelangt, so streckt man die Beine senkrecht in die Tiefe, die Hände an den Schenkeln hinab, schließt die Finger an einander, und schlägt mit steifen Armen und Händen von da auf

beyden Seiten einen bogenförmigen Ruderschlag nach dem Wasserspiegel herauf: so sinkt der Körper augenblicklich und schnell zu einer beträchtlichen Tiefe hinab, zumal, wenn man die Zehen so viel als möglich, nach unten hinab, oder nach oben hinauf zieht. Daß die die Sache auf diese Art ohne alle Kunst ist, sieht jeder sogleich. Aber nur der wird und soll sie vornehmen, der fertiger Schwimmer ist. Um wieder herauf zu kommen, treten die Füße stark gegen den Grund und schnellen den Körper herauf, wobey die Hände mit den innern Flächen nach dem Grunde hinab streichen.

b) Beym Tauchen kopfwärts. — Will man mit dem Kopfe vorangehen, so senkt man ihn, im Schwimmen auf der Brust, plötzlich in das Wasser und streicht mit den inneren Handflächen nach dem Wasserspiegel hinauf. Ist die Wendung erst vollendet, und der Kopf dadurch unten, so helfen auch die Beine, indem sie nach der Oberfläche hinaufstreichen. Um wieder zur Oberfläche zu kommen, muß man sich erst im Wasser wenden, so daß die Füße nach unten siehn, und sodann verfährt man, wie bey voriger Art des Tauchens gesagt ist.

5. Das Schwimmen unter dem Wasser.

Geübte Schwimmer rudern mit Leichtigkeit 20, 30 Schritt und mehr unter dem Wasser fort. Die Bewegung der Glieder, die sie dabey anwenden, ist beynahe ganz die des Schwimmens auf der Brust, oben 1. a. nur muß jede Bewegung vermieden werden, die den Körper aus dem Wasser heraustreibt. Man muß daher die nach vorn hinaus gestreckten Hände so weit herumdrehen, daß die innern Han

flächen den Druck nach dem Wasserspiegel hinauf, und zugleich nach den Füßen hin geben, und dabey die Beine so bewegen, daß sie bloß nach hinten hinaus treten. Ich bemerke hierbey, daß beym Tauchen und Schwimmen unter Wasser, der Uebende sich gewöhnen muß, die Augen offen zu haben.

6. Der Sprung ins Wasser.

Es ist sehr unangenehm, in das Wasser zu gehen, ich muß daher für den Sprung hier einige Regeln angeben.

Das Wasser widersetzt sich jedem Körper, der sich ihm mit einer breiten Fläche schnell entgegen bewegt. Man hüte sich daher, mit dem flachen Leibe auf das Wasser zu fallen. Springt man mit den Füßen voran, so werden diese an einander geschlossen, und um soviel vorgeworfen, daß der obere Körper, wann die Füße ins Wasser schießen, ein wenig rückwärts geneigt ist. Die Arme werden an die Seiten angedrückt, oder vor der Brust dicht zusammengelegt.

Geschieht der Sprung mit dem Kopfe voran, so bedeckt man die Stirn mit der flachen Hand, oder stellt beyde Hände über dem Kopfe so zusammen, daß sie einen Schnabel bilden, der den Eingang in das Wasser eröffnet. Der Leib muß hierbey nicht auf das Wasser fallen, sondern der ganze Körper muß durch diese einzige, von den Händen gemachte Oeffnung hindurchschießen, so daß nach den voranstehenden Händen zuerst der Kopf, dann die Schultern, dann Brust und Leib u. s. w., und zuletzt die Füße hindurchgehen. Schwieriger ist dieß an einem flachen, als an einem etwas erhabenen Ufer. Wo man den Schwimmplatz an einem sehr flachen Ufer hat, wodurch der Sprung ins Wasser, weil dieses gar zu seicht ist,

unmöglich würde, da muß man eine Laufbrücke bis zur gehörigen Tiefe hinaus bauen; d. i. es werden 1, 2, 3 starke Bretter auf sichere Unterlagen hintereinander hinaus gelegt und fest gemacht. Diese Laufbrücke steige gegen ihr Ende und dieses sey schnellkräftig dadurch, daß es über die Unterlage frey hinaus tritt. Hier läßt sich mit Anlauf ein schöner Sprung machen.

7. Lehrart.

Der eifrige Turnlehrer, wenn er auch vom Schwimmen nichts versteht und wenn er auch selbst in den Jahren ist, wo er seinen Körper dem Wasser nicht aussetzen darf, verzweifle durchaus nicht an dem glücklichen Erfolge seiner Versuche. Was hier gesagt werden soll, ist abgezogen aus langer Erfahrung. Man kann sehr wohl an das Wasser gewöhnt seyn, ohne es wagen zu dürfen, zu halben und ganzen Stunden im Wasser zu stehn, um eine Reihe von Anfangern anzuleiten. Wer wollte es dem Volkslehrer zumuthen, ein Geschäft zu übernehmen, das selbst jeden Halloren längere Zeit fortgesetzt zum Zittern bringt, wenn er in deutschen und nicht etwa in Australischen Gewässern Stand halten soll. Ich muß es hier daher auf das Aeußerste anlegen: ich muß hier einen Lehrer annehmen, der nicht nur selbst nicht schwimmen, sondern der sich sogar um seiner Gesundheit willen gar nicht ins Wasser begeben darf; nur Eins setz ich voraus, Eifer für die Sache nützlich zu wirken und Anwendung des gesunden Verstandes. Wie soll ein solcher versahren?

a) Nach aufmerksamer Lesung obiger Schilderung der Schwimmarten beschränke sich der Lehrer einzig un

allem auf die Hauptschwimmart auf der Brust, oben 1, a. Er lese sie wiederholt, bis ihm jede Lage des Körpers, die Stellung und Bewegung der Glieder völlig anschaulich wird. Um dieß schnell und vollkommen zu vollbringen, ist es gut, wenn er einen Knaben dabey zu Hülfe nimmt, der auf Unterleib und Brust gelagert, die Stellung des Körpers und der Glieder nach und nach annimmt, wie er sie nach Vorschrift 1, a. an demselben anordnet. So gehe er die dortigen Sätze an verschiedenen Tagen durch, zuerst die Stellung des ganzen Körpers unmittelbar vor dem Ruderschlage; dann die Schwimmbewegung der Hände u. s. w. Ist auf diese Art das Bild eines Schwimmenden ihm fest geworden,

b) So wähle er sich unter seiner Gesellschaft 4 bis 6 als erste Schüler aus. Flink, breitschultrig, munter, keine schnell und lang aufgeschossenen, 10 bis 15 Jahre alt.

c) An warmen Tagen gegen Abend werden sie ans Wasser durch häufiges Baden gewöhnt. Eine unerläßliche Vorschrift. Selbst der geübteste Kenner des Schwimmens müht sich sonst vergeblich. Zum Baden und ersten Schwimmplatze wähle man ruhiges Gewässer, die Tiefe gehe bis zur Höhe der Hüften, bis zur Brust; auch flachere Stellen sind nöthig. Hier wird unter dem Plätschern häufig das völlige Untertauchen geübt, das Fortkriechen unter der Wasserfläche, das Springen ins Wasser mit plötzlichem Tauchen verbunden.

d) Bey diesem Baden wird die Schwimmbewegung der untern Glieder völlig eingeübt. Der Anfänger stützt sich hierzu auf die Hände. Der ganze Leib liegt im Wasser bis ins Genick, und ist dabey gerade ausgestreckt

bis zu den Knien. Der Rücken ist in dieser Lage schon von selbst hohl. Die Oberschenkel sind weit von einander gestreckt, und hierbey die Beine im Knie so stark zurückgebogen, daß die Fersen das Gesäß berühren oder ihm sehr nahe sind. Aus dieser Lage geschieht das Streichen, indem man die Füße kräftig auseinander und hinter sich hinabschlägt, durch Geradstreckung der Kniegelenke. Ist dieß geschehen, so werden beyde Füße langsam jedesmal von neuem vor das Gesäß zurückgezogen, um einen neuen Ruderschlag zu machen. Diese sehr leichte Bewegung muß bis zur völligen Geläufigkeit gelernt werden, so daß sie gleichsam von selbst geht wie das Gehen, ohne daß man darauf denkt. Auf folgendes sehe hierbey der Turnlehrer genau:

1. Der Ruderschlag muß kräftig geschehen, die Zurückbewegung sanft.

2. Der ärgste Fehler aber, der dabey gemacht werden kann, ist der, wenn der Anfanger die Schenkel nicht gestreckt erhält, sondern sich in den Hüftgelenken biegt und dadurch die Knie gegen die stützenden Arme hinwärts zieht, dabey wohl gar den Rücken krümmt und das Gesaß emporhebt. Nur durch die Kniegelenke geschieht die Bewegung, die Hüftgelenke biegen sich hierbey nur wenig. Wer diesen Fehler annimmt, lernt nie recht schwimmen. Ein sicheres Zeichen von der richtigen Ausführung des Ruderschlages ist dieses, daß die untern Glieder dadurch aus der Tiefe emporgetragen werden.

3. Man dulde nicht, daß die Bewegung mit Uebereilung gemacht werde.

e) Nach völliger Einübung des Vorigen, lege sich der Anfänger für einige Augenblicke auf eine schickliche Erhöhung des Rasens mit der Brust und dem Unterleibe. Hier zeige ihm der Lehrer vorläufig die Bewegung der Hände, nach oviger Anleitung 1. a. Der Hauptsache nach wird sie schnell begriffen. Sodann lasse er die Bewegung der Beine dazu machen. Es ist gerade nicht nöthig die Zeitbestimmung, wie sie oben angegeben worden, ganz genau zu befolgen und schon hinreichend den Ruderschlag der Hände und Füße zugleich zu machen. Ist dieß einige Mal wiederholt, so geht man sogleich zum ersten Versuche des Schwimmens über.

f) Will der Lehrer selbst ins Wasser gehen, so unterstützt er den Anfänger in der oben 1. a. bestimmten Schwimmlage mit der Hand und zwar unter der Brust. Besondere Vortheile sind hierdurch gerade nicht zu erwarten; ja man ist dem Lehrlinge in dieser Stelle so nahe, daß man dessen Gesammtbewegung nicht so gut übersehen kann, als wenn man entfernter wäre; ja selbst der eine Arm wird im Streichen durch die Stellung des Lehrers etwas gehindert, und nicht jeder kann sich dazu verstehen, auf längere Zeit ins Wasser zu treten.

Sehr zweckmäßig habe ich immer folgenden Schwimmgürtel gefunden. Ein handbreiter leinener Gürtel (Schwimmgürtel) wird dem Anfänger dicht unter den Armen um die Brust gelegt und vorn zugebunden oder geknöpft. Im Rücken ist an diesen eine starke Schnur befestiget, diese ist mit ihrem andern Ende an das obere Ende einer 8 bis 10′ langen Stange geknupft. Setzt der Schwimmlehrer das untere Ende der Stange

gegen seine Hüfte *) und faßt sie selbst mit einer Hand so gibt er der schwimmenden Person mit leichter Müh die nöthige Unterstützung. Augenblicklich kann er die mindern und mehren, oder ganz entziehen, wie e nöthig ist.

Man wählt eine Stelle, die dicht am Ufer tief g nug zum Versuch ist. Hier legt sich der Lehrling a den Gürtel nieder und versucht erst die Bewegung d Füße. Geschieht diese auch in der neuen Lage vollkom men geläufig: so werden die Hände von jetzt an mit i Arbeit gezogen. Um beyderley Glieder in ihrer Bew gung zusammen zu stimmen, zählt der Lehrer taktmäßi bey jedem Ruderschlage der Füße Eins! Eins! Eins u. s. w. Bey jedem Eins! streckt der Lehrling die Hä de rasch vor der Brust hinaus und streicht von da n ihnen auseinander. Er muß ruhig, mit Bedacht un durchaus nicht übereilt arbeiten.

Gewöhnliche Fehler, die hierbey vorkommen, sind Man bewegt die Hände aus dem Wasser heraus, we ches schlechterdings nicht geschehen darf. Ferner: ma verdrehet die Hände zu stark, so daß ihr Inneres na dem Wasserspiegel herauf blickt, wodurch man sich z Grunde arbeitet; man macht die Zurückbewegung de Hände falsch, entweder zu schnell, oder indem ma mit einer Schwimmfläche der Hände das Wasser durch schneiden will. Uebrigens ist voraus zu setzen, daß de Turnlehrer die richtige Bewegung nach obiger Angab

*) Es ist gut, dieses Ende durch Einzapfung mit einem hand breiten, hölzernen Bogen zu versehn, der die Hüfte umspann und weit weniger drückt, als das Ende der Stange.

genau wisse, dann werden ihm diese und andere Fehler nicht entgehn. — Vergeblich ist es, diese Versuche lange fortsetzen zu wollen. 6 bis 8 Schritte weit einige Mal wiederholt ist anfänglich genug.

g) Ist der Lehrling so weit, daß er 10 bis 15 Schritte ohne alle Hebung durch den Gürtel vollenden kann: so lasse ihn der Turnlehrer unter Anlaufe vom Ufer so weit hinaus, als möglich ins Wasser springen, ohne ihm vermittelst des angelegten Gürtels Hülfe zu geben. Kann er sich selbst nach dem Sprunge, der ihn ganz unter das Wasser brachte, schwimmend heraus arbeiten und das Ufer gewinnen, und dieß zu verschiedenen Zeiten wiederholt leisten, so kann man ihn als fertig genug betrachten, um ohne Gürtel schwimmen zu können. Man sehe nur darauf, daß er in der ersten Zeit nicht zu weit vom Ufer sich entferne, bis ihm die Gliederkraft zu dieser Bewegung gewachsen.

Alle andere Schwimmarten lernt er nach und nach von selbst, wenn man sie ihm nach und nach angibt. Allenfalls kann man mit dem Schwimmen auf dem Rücken, oben 2. c, eine Ausnahme machen, der Gürtel wird hierzu gleich beym ersten Versuche angelegt und zwar um die Brust, von welcher die hebende Schnur aufsteigt.

Genug der Anweisung, wie sie seit 20 Jahren auf dem Mutterplatze der deutschen Turnkunst zu Schnepfenthal bewährt gefunden wurde. Nur glaube keiner ein ganzer Turner zu seyn, ohne die Schwimmkunst.

8. Turnübungen.

Es ist von selbst begreiflich, daß die Turnübungen des Schwimmens aus einem ganz andern Gesichtspunkte betrachtet anzulegen sind, als die meisten übrigen. Ohne mich hierüber weiter zu verbreiten, führe ich sie an. Im Zimmer entstanden sie nicht. Ich bemerke nur noch, daß sie nur den fertigen Schwimmern als Aufgaben zu setzen sind. Ein Kahn, ein ganz dünnes Tau, jener zur Begleitung der Schwimmenden, dieses zum Zuwerfen im nöthigen Falle, (den ich jedoch nie erlebte) sind Vorsichtsmittel, die man überhaupt auf dem Badewasser zur Hand haben sollte.

a. Das Wettschwimmen oder Schnellschwimmen. Man gebraucht hierzu das Schwimmen auf der Brust (oben 1. a und b) wenn es auf Schnelligkeit im Fortkommen ankömmt. Die Bahn sey etwa 40, 60 bis 70 Schritt (doch hat man sich dabey nach der Kraft und Fertigkeit der Schwimmer zu richten, hiesige Turner gebrauchten dazu fast jederzeit eine Bahn von 276 F. rheinl.) Nur 2 bis 3 kämpfen zusammen. Alles Uebrige verdient keiner Erwähnung. Zur Rettung Verunglückter ist das Schnellschwimmen trefflich.

b. Das Wettschwimmen auf Dauer. Ist ganz anderer Natur: zu große Eile setzt jedesmal in Nachtheil; man schwimmt mit Bequemlichkeit, ohne sich abzuarbeiten und zwar abwechselnd, nach Belieben, nach den oben angegebenen Arten 1. a, welches immer die Hauptart bleibt und nach 3. b. c, auch wohl 3. d. Man wechselt dann nach Belieben. Ruhiges Gewässer auf einem Teiche oder See, ist am besten zum Weitschwimmen. Die Bahn muß gemessen seyn, um zu wissen, wie weit jeder schwimmt. Es

können 12 und mehrere auf dem Wasser vereinzelt zugleich schwimmen. Jeder setzt die Uebung nur so lange fort, als er kann und will. Vorschreiben läßt sich hier nichts. Was brave Turner in Schnepfenthal geleistet, möge hier stehn zur Ermunterung. Die Schwimmbahn ist genau gemessen nur 276 F. lang, so daß man oft umwenden muß. Von 17 Personen, welche zugleich schwammen, machten zwey die Bahn 3 Mal; drey 4 Mal; vier 6 bis 8 Mal; sechs 16 bis 22 Mal und zwey machten sie 26 Mal — 7176 Fuß oder fast $\frac{1}{3}$ einer geographischen Meile in $\frac{3}{4}$ Stunden. Sehr viel andere thaten jährlich ein Gleiches; alle aber wurden übertroffen von zwey andern Braven, deren einer die Bahn 42 Mal, und der andere 44 Mal ohne abzusetzen durchschwammen. Letzteres beträgt 12144 Fuß, d. i. 710 Fuß über eine halbe geogr. Meile hinaus.

c. Ueberschwimmung eines Stromes. Die Vorsicht erfordert, daß nur Einer, höchstens daß Zwey diese Aufgabe zugleich machen. Vom Wagen des Lebens ist überall bey unseren Uebungen nicht die Rede; bey einem ansehnlichen Flusse sey daher der obige Kahn und das Tau zur Seite. Die Aufgabe gehört bekanntlich zu den anwendbarsten im Kriege.

Sie zerfällt möglicher Weise in 3 andere, man soll nämlich gerade gegenüber landen oder weiter hinauf oder tiefer hinab am jenseitigen Ufer.

Der letzte Fall ist der leichteste. Man schwimmt, um dem Strömen des Wassers die schmälste Seite darzubieten, auf der Brust nach 1. a, und nimmt, wenn man glaubt, daß der bestimmte Landungsplatz weit genug unterhalb liegt, seine Richtung scheinbar so, als wollte man gerade gegen-

über landen; der Strom treibt den Schwimmer dann schon von selbst tiefer hinab.

Um gerade gegenüber eine bestimmte Stelle zu erreichen, geht man, im Falle es als möglich und erlaubt angenommen wird, die Stellung am diesseitigen Ufer zu wählen, an diesem so weit hinauf, als man es nach seiner Einsicht für nöthig hält und schwimmt von dort ab; muß aber durchaus von der gegebenen Stelle abgeschwommen werden, so ist es nöthig, so nah als möglich am diesseitigen Ufer aufwärts zu schwimmen und zwar so weit hinauf, daß man durch die schrege Linie, zu der man durch den Strom des Wassers gezwungen wird, an den bestimmten Landungsplatz gelangt.

Ganz auf ähnliche Art wird der Fall behandelt, wenn der Landungsplatz weiter oben liegt.

d. Die Botschaft. Eine Nachricht, ein Befehl soll an das jenseitige Ufer gebracht werden; wie nöthig dieß oft seyn kann, wissen die Krieger. Die Verwahrung eines solchen Papiers kann sehr verschieden gedacht werden; wir wählen zur Uebung — und es ist ja dabey gerade nicht nöthig einen Strom, sondern überhaupt eine Strecke zu überschwimmen — wir wählen die schwierigste Art; die, unter welcher Cäsar seine Commentarien durchs Wasser brachte; d. i. wir wählen die Schwimmart oben 1. c. Das Papier darf nicht naß werden. Es ist ganz ähnlich statt des Briefes irgend einen andern Gegenstand von einiger Schwere, z. B. einen Stein von einigen Pfunden in die Hand zu geben. Es gehört die von jeher zu einer stehenden Aufgabe für meine Turner.

Weit wichtiger scheint mir für Turnkunst, die ja durchaus und immer auf Kriegskunst hingerichtet seyn soll, die Aufgabe, seine sämmtlichen Kleidungsstücke über Wasser zu

bringen, ohne sie zu durchnässen. Den Waffen des Kriegers muß ein Fahrzeug dienen, aber seine Kleidung sollte beym Ueberschwimmen, wo möglich, ein jeder bey sich haben. Hier fehlt mir bey dem Mangel angestellter Versuche, Erfahrung; allein so viel traue ich doch der Kraft des Geübten zu, daß er seine sämmtlichen Kleidungsstücke zu einem Pack vereint, an den Griff des links geschulterten und unter Wasser am untern Ende gefaßten Seitengewehrs auf 2 bis 300 F. fortbringen könne.

e. Das Schwimmen in voller Kleidung. Diese Aufgabe gehört zu den letzten des Turnplatzes, weil sie eine der nöthigsten und anwendbarsten ist. Wer durch Zufall ins Wasser geräth, verliert im Hineinstürzen nicht die Kleider vom Leibe und zur Rettung eines Verunglückenden kann man sie aus Mangel an Zeit nicht sämmtlich ablegen. Es bleibt daher dem Schwimmer nöthig, sich zu Zeiten auch im vollen Anzuge dem Wasser zu übergeben.

Die Schwierigkeit dieser Aufgabe liegt nicht sowohl in der Schwere der Kleidung, denn alle Kleidungsstücke haben im Wasser eine so unbedeutende Schwere, daß sie gar nicht in Anschlag kömmt. Sehr häufige Versuche, bey denen die Kleidung in einer Tuchjacke und Weste, langen Beinkleidern und weiten, oft an sich schweren Stiefeln bestand, bewiesen dieß. Mehr liegt die Schwierigkeit darin, wenn die Kleidung im Wasser zu eng ist, und noch mehr darin, daß sie die glatte Oberfläche des Körpers verdeckt und ihm eine rauhe faltige gibt, gegen die das Wasser sich sehr merklich setzt und das Fortkommen verlangsamert. Dieß liegt in der Natur der Sache. Dem Schwimmer liegt es ob, dieses Hinderniß zu bekämpfen und sich durch Uebung daran zu gewöhnen.

f) Das Grundholen. Die Aufgabe ist etwas vo Grunde herauf zu bringen. In ihrer leichtern Form ist di nur ein Stein oder eine Hand voll Sand ꝛc. in schwererer ein hineingeworfener Gegenstand, weil dieser nicht gleichsa blindlings ergriffen werden kann, sondern gesucht werde muß, wenn auch die Stelle bekannt genug ist, wo er Grunde ging. Für den Anfang ist es genug, solche Stelle zum Tauchen zu wählen, die nicht viel tiefer sind, als d Persen groß ist, nach und nach geht man zu tiefern übe Es versteht sich von selbst, daß man bey dieser Uebung ba die eine, bald die andere Art des Tauchens (oben 4.) a wenden müsse.

g. Die Rettung. Eine der edelsten Aufgaben der ga zen Turnkunst ist diese; denn sie ist ja ein Hauptzweck d ganzen Schwimmkunst.

Ich habe oft genug den Versuch auf folgende Art ang stellt. Ein kleiner, aber fertiger Schwimmer mußte a 10, 20 Schritt hinaus ins Wasser. Hier mußte er sich a den Rücken legen nach obiger Schwimmart 3. a. (das wag rechte Liegen auf dem Rücken). Sodann ward ein größer abgeschickt in größter Geschwindigkeit jenen zu holen. E hatte ihn bey einem Beine zu fassen und so ans Ufer z bringen, indeß jener nur seine leichte Bewegung mit de Händen fortsetzte. Allein diese Lösung mag passend für eine schon halb Erstorbenen seyn, dem Lebenden sagt sie imm sehr schlecht zu, denn durch den Zug am Fuße kömmt schnell mit dem Gesicht unter Wasser und dann arbeitet er si mit Gewalt von dem Anfasser los.

Für besser halte ichs, den Kleinen mit dem linken Arm um die Brust zu fassen und so heraus zu bringen; für d

Beste, überall keinen Menschen zum Gegenstande des Versuchs zu machen; denn er wird immer dem Benehmen des Retters unangenehm ausgesetzt seyn. Davon empfindet keineswegs ein mit Stroh ausgefüllter Sack etwas, in welchen man zugleich einige Steine steckt, so daß er durch diese mehr oder weniger zu Grund gezogen wird. Die Heerschau im Frieden bleibt weit hinter dem wirklichen Kriege als Versuch zurück; aber zum Versuch dürfen wir keinen wirklichen Krieg anstellen.

Sinnübungen.

Die Schärfe und Wachheit der Sinne und die Kraft des Geistes, das, was der Sinn empfangen (sinnliche Eindrücke) zu verstehen, ist jedem höchst wünschenswerth. Die Sinne sind die ersten und die lebenslänglichen Lehrer des Menschen; noch mehr — und das ist es, was ganz hierher gehört — sie sind die Wächter, die draußen auf den Vorposten stehn, um zu gewahren, was vorgeht. Dieß letzte Bild führt von selbst auf die Nothwendigkeit der Sinnenschärfe für den Waffenmann. Tag und Nacht umzingelt von Gefahren und von günstigen Umständen, soll er beyderley jederzeit schnell gewahren, zum eigenen und allgemeinen Nutzen. Im amerikanischen Kriege verloren die Engländer mehrere der bravsten Krieger auf einem Posten; unerklärbar war der immer wiederholte Verlust, jeder war, ohne einen Schuß zu geben, wie weggeblasen. Endlich bezog der Rechte den Posten; der Wachheit seiner Sinne entging ein Wild nicht, das sich heranschlich. Er erlegte es, und in der Wildhaut steckt der schlaue Indianer, der die Vorgänger geschlachtet. — Hier einige Versuche *).

*) In meiner Gymnastik findet sich eine ziemlich starke Abhandlung über die Sinnübungen, geschrieben in rein erziehlicher Hinsicht. Was hier oben folgt, ist bloß auf Turnkunst berechnet und hat mit obiger Abhandlung nichts gemein.

1. Gesichtsübungen.

a. Uebung des Augenmaßes. — Nur von Uebungen in der freyen Natur kann hier die Rede seyn; denn nur diese schmiegen sich ganz an die Turnkunst, das Kleinliche, Stubenartige ist ihr nicht angehörig.

Jedem Messen liegt ein Maß zum Grunde; auch dem Auge muß ein solches gegeben werden, wenn es die Fertigkeit des Messens erlernen soll. Da alle kleinern Messungen nach Schritten berechnet werden, so lerne man zuerst regelmäßig so schreiten, daß jeder Schritt zwey Rheinische Schuh wegnimmt. Hierbey übt man zugleich die Ausdehnungen, von 10, 20 bis 100 Schritten dem Auge oder vielmehr der Vorstellung ein. Ist dieß eine Zeitlang fortgesetzt, so kann man dann zu wirklichen Schätzungen einzelner Fernen übergehn.

Der Abstand zweyer Punkte (Gegenstände) von einander ist gleich der Länge der geraden Linie, welche vom einen zum Andern gezogen werden kann. Man erlaube mir sie die Ferne zu nennen. Für den Schätzer derselben selbst ist es sehr entscheidend, in welcher Richtung sie ihm in seinem Standpunkte liegt und er kann nie für einen geübten Schätzer der Ferne gelten, wenn er sie nicht in ihren dreyerley möglichen Richtungen zu schätzen sich geübt hat. Diese sind die senkrechte, die schräge und gleichlaufende.

Senkrecht ist diese Richtung, wenn der Schätzer selbst auf dem Anfangspunkte steht, d. i. wenn er angeben soll, wie weit von ihm selbst ein Gegenstand absteht. Hierbey steht die Ferne auf seiner Standlinie senkrecht. In diesem Falle sieht er die Ferne jederzeit stark verkürzt; aber dieser Standpunkt ist der natürlichste, das Auge hat sich von jeher daran gewöhnt: ich rathe daher jederzeit, die Uebung mit dieser Richtung anzufangen. Hier entstehen zu-

erst im Kleinen die Fragen: wie fern ist jener Baum, jene Erdhöhe, jener Stein, jenes Haus ꝛc. von dir? Man nimmt zuerst kleine Fernen, von 10, 20, 40, 50 ꝛc. Schritt und geht nach und nach zu größern und immer größern über.

Diese Uebung fällt sehr bequem, man kann sie nebenan auf jeder kleinen Wanderung vornehmen; denn überall findet man sich im Anfangspunkte einer Ferne und überall fehlt es nicht an Zielpunkten. So erlangt man bald einige Fertigkeit im Kleinen.

Schräg oder auch gleichlaufend, nämlich mit der Standlinie des Schätzers, erscheint ihm aber die Ferne wenn er nicht in dem Anfangspunkte derselben steht, sondern den Abstand zweyer Punkte schätzen soll, die beyde von ihm fern sind. Hier wird die Aufgabe außerordentlich mannichfaltig, und ein Meßkünstler fände hier viel zu zergliedern. Dazu ist aber hier nicht der Ort. Nur Uebung ist hier das Grundwort; denn für das noch so gut, nach obiger erster Art, geübte Auge, sind bey dieser neuen Richtung der Fern die Aufgaben so gut als ganz neu. Bey der schrägen Richtung erscheint die Ferne immer noch verkürzt, bey der gleichlaufenden zwar auch, aber entweder nur wenig oder nach ganz andern Gesetzen. Man wird daher, wenn man sich bloß auf obige erste Art geübt hat, bey diesen Aufgaben völlig irre und schätzt alle dergleichen Fernen viel zu hoch. Aufgaben sind hier: Wie weit stehn jene beyden Bäume, Häuser u. s. w. von einander.

Ein unerlaßliches Gesetz bey allen diesen Uebungen ist wie sich von selbst versteht, jeder Zeit das Nachmessen mit Schritten. Ich übergehe hier die größern Fernen die sich mit Schritten nicht mehr abmessen lassen; sie folge bequemer bey der nächsten Uebung.

b. Das Fernsehen. Man wähle mit den erwachsenern Turnern — von solchen ist bey allen hier zusammen geordneten Sinnübungen nur die Rede — einen erhabenen Standpunkt, je höher desto besser, so daß man eine ganze Gegend übersehen kann. Hier ist tausenderley Stoff zum Bemerken fürs Auge, besser: für den Geist, wenn er wachsam hinter sie tritt und lustvoll hinausschauet. Aber unerlaßlich bleibt es, auch hier die Frage, ob er richtig gesehn, richtig geschätzt, zu bewähren. Dazu ist durchaus nöthig, ein gutes Fernrohr, eine gute Karte der Gegend oder des Ländchens, wo man hauset, selbst eine Liste der Häuser- und Menschenzahl aller Ortschaften, die man übersehen kann. Diese Dinge und ein Zirkel sind die Hülfen des Turnlehrers; gesunde Augen wünsche ich ihm dazu.

Der Fragen, die hier gethan und zu Aufgaben gemacht werden können, sind so viel, daß ich davon abstehe, sie alle angeben zu wollen. Nur den Faden spinn' ich an.

Wie viel Wohnörter sind sichtbar? —

Wie weit liegt jeder von hier? — Wie weit der eine von dem andern? *)

In welcher Form stellt sich der Boden dar? —

Wo sind Ebenen? Wo ist wellenförmiges Land? — Wo Berge und Höhen? — Wo Thäler und Tiefen? —

Wo sind Gewässer? — Flüsse, Seen, Bäche, Teiche? —

Wohin geht die Abdachung des Landes?

Wo sind Waldungen, und von welcher Holzart?

Wo Feldhölzer? — Wo einzelne Bäume?

Wo ist Wiesengrund? — Ackerfeld? — Weg?

Wofür hältst du diesen und jenen Gegenstand, der sich in größerer Ferne zeigt?

---

*) Zirkel und Karte berichtigen die Antworten.

Wo sind Heerden, und was für welche?
Wo zeigen sich Menschen?
Wie viel Häuser kann dieses und jenes Dorf haben?
Auf welchem Wege könnte ein Trupp aus diesem oder jenem Walde oder Feldholze am ersten ungesehn zu jenem Dorfe kommen?
Wo für den dort herkommenden Feind ein Versteck legen?
u. s. w. u. s. w. Ein versuchter Krieger helfe hier nach.

2. Uebungen des Gehörs.

Das Horchen auf der Warte. — Das Gehör ist ein trefflicher Wächter; es kündigt an und warnt, selbst dann, wenn Finsterniß das Land bedeckt und das Gesicht außer Thätigkeit setzt.

Man wähle, an einem stillen, nicht stürmischen Abende bey einbrechender Dunkelheit, eine Anhöhe im Freyen, in einer etwas lebhaften Gegend, in der Nähe einer Stadt oder eines Dorfs. Hier stelle man sich zum Horchen auf die Warte. Unter Beobachtung der größten Stille, achte man auf jeden Schall und Laut, der hörbar wird, und suche zu ergründen, von welcher Seite er kam und wodurch er verursacht worden. Kein Schall wird frey durchgelassen; der Schrey jedes Thiers, der Glockenschlag, das Gehen einzelner Menschen, ihr entferntes Gerede, der Unterschied der männlichen, weiblichen und jugendlichen Stimmen, die Richtung des Gangs der Wandernden, der Hufschlag, das Fahren, die Art des Geschirrs u. s. w. u. s. w. wird bemerkt.

Ich stelle mir eine Gesellschaft von etwa 6 Personen vor, die sich so üben. Zwey davon versehen jedesmal auf 10 bis 15 Minuten die Wache; die andern 4 thun es aber eben so sehr, denn sie sind als Richter und Beurtheiler so aufmerksam

als möglich. Jene zwey müssen jeden Laut oder Schall, den sie vernehmen, anzeigen und bestimmen, woven und woher er gekommen; jederzeit äußerst kurz mit einem Worte. Schweigen die 4 Richter, so war die Beobachtung von ihnen als richtig anerkannt; im Gegentheile geben sie eben so kurz die Berichtigung an. Doch jeder Turnlehrer richte das ein nach eigenem Sinne, nur verhüte er alles überflüssige Gerede. Ich habe gefunden, daß sich diese Uebung auch sehr gut am Tage, und vorzüglich gut bey starkem Nebel anstellen lasse.

3. Vermischte Sinnübungen.

Die Verirrung.

An einem ziemlich dunkeln Abend ging ich mit mehrern zur Waldung. Der Hälfte der Theilnehmer wurden die Augen gut verbunden und jeden Geblendeten leitete sein Führer.

Wir gehn ohne Weg, Berg auf, Berg ab, durch Bäume und Niederholz bis in eine sehr heimliche, unbekannte Stelle; Thal oder Berg, gleichviel. — Tuch ab! —. Ich frage: wo seyd ihr? — Im Walde! — Richtig! nichts ist gewisser; aber nun führt uns wieder zu Hause und zwar in gerader Richtung. Wie vom Himmel gefallen stehn sie da; unerbittlich sind wir Führer, die mindeste Spur zu verrathen. Gen Himmel und Erde spähen die Augen; aber kein Leitstern ist sichtbar am Himmel, die Erde schwarz wie die Nacht.

Man sieht, die Aufgabe ist nicht so gar leicht und schnell und sicher zu lösen.

Die Verirrten gesellen sich, sie wollen Rath einer von dem andern, und keiner kann ihn geben; Vermuthungen, und keiner will diesen trauen.

Ein Vortheil ist ihnen jedoch gegeben, nämlich die Bestimmtheit der Lage unseres Hauses am nördlichen Rande des Waldes; allein ganz ungewiß ists dennoch, ob wir gerade nach Süden, oder nach Südost, oder Südwest hinein gegangen; ferner die Richtung der ziemlich gleichlaufenden Gebirge; allein es gibt auch bedeutende Ausnahmen.

Die Ungeduld, sich aus der Lage zu finden, treibt zum Suchen des Nordens, an zehn Bäumen wird er ausgefragt; die raubere Rinde, das häufigere Moos, gibt gerade nicht immer die richtige Antwort; endlich aber müssen die meisten Stimmen der Bäume gelten. „Der Norden ist heraus!" — Gut erwiedre ich: aber geht denn die gerade Linie, von hier zum Nordpol gedacht, auch gerade durch unser Haus? „Ach freylich wohl nicht!" — Wenn ihr dieser nur folgt, so kommt ihr zwar richtig aus dem Walde, aber wer weiß wie weit ab vom Hause. — Darum eben, sagt einer: müssen wir erst wissen, wo wir hier sind!" — Nichts ist gewisser. Da das Thal durchaus nichts verrathen will, so steigen sie schleunig den einen Berg hinan. Vielleicht erscheint oben ein alter Bekannter, der Red' und Antwort gibt. Horch da schlägt eine Glocke! Kennt ihr den Ton? wißt ihr in welchem Dorfe sie hängt? — „Ach wüßten wir das, es würde uns zurecht weisen." Darum lernt Glockenton wohl unterscheiden. Sie sind indeß oben angelangt. Hier arbeitet die Sehkraft fast stärker, als die Steigkraft vorher. Sie mancher dunkele Rücken des entfernten Hochgebirgs wird schwach und zweifelhaft sichtbar gegen den grauen Himmel. Da erkennt man einen unter ihnen, dessen Lage gegen die Heimath bekannt ist. Jetzt werden Schlüsse und Berechnungen gemacht, und endlich kömmt man zur großen Wahrscheinlichkeit des Standpunktes und zum Schluß: Dort hinaus müssen wir! Entschlossen folgt man der Richtung und

immerfort spähend, findet man immer mehr Bekanntschaften in der Oertlichkeit, so daß man endlich die größte Gewißheit erlangt, die Heimath nicht zu verfehlen.

So schloß dießmal die Uebung, und es sey an diesem Einen Beyspiele genug; allein oft artet sich die Sache ganz anders, man nimmt die Richtung fehl, geräth ins Unbekannte, muß von neuem untersuchen u. s. w.

Schluß.

Der Krieg.

Ein hoher Staatsbeamter — ihn zu nennen verbietet Bescheidenheit — bezeigte mir seine Theilnahme bey Ankündigung dieser Schrift durch folgende Worte: „Ich erlaube mir die Bemerkung, wie es zu wünschen ist, daß mit der Abhärtung des Körpers und der Fertigkeit in den Leibesübungen, auch die Kraft des Denkens und die Gegenwart des Geistes in kriegerischer Beziehung geübt werden möchte. Könnte man die Knaben und Jünglinge dazu anhalten, auf eine passende Art und unter Aufsicht, Uebungen und Bewegungen mit und gegen einander zu unternehmen und auszuführen, sich Verstecke zu legen, Posten gegen einander auszustellen, Ueberfalle zu machen und sich dagegen zu sichern, und bey allen diesen und ähnlichen Vorfällen sich Kenntniß der Oertlichkeit (Terrains) und zweckmäßige Benutzung derselben zu erwerben: so würden sie dadurch in den oben erwähnten, dem Krieger so nöthigen Eigenschaften geübt, und eine Vorkenntniß des kleinen Kriegs, in so weit es auf diese Art möglich ist, erhalten, die ihnen, wenn sie in Zukunft das Vaterland vertheidigen sollen, sehr nützlich werden muß.

Dieß veranlaßt mich zum Vorschlage des folgenden Kriegspiels.

Ich setze voraus, daß der Turnplatz des Dorfs, oder der gemeinschaftliche zweyer Dörfer, einen angeschanzten und befestigten Hügel habe. Derselbe Fall findet bey dem benachbarten oder zweyen benachbarten Statt. Diese Festungen sind unantastbar im ganzen Jahre von Seiten jeder Turnerschaft, bis auf einen oder diesen und jenen Tag im Jahre. Nur an diesen dürfen sie angegriffen werden. Die Turnerschaften jener zwey oder vier Dörfer, je nachdem die Jugend zahlreich ist, treten an diesen Tagen als zwey gegen einander kriegende Völker auf. Der Herbst mit leeren Feldern ist die schicklichste Zeit, und der 18te October gibt kräftigen Anlaß zu einem großen Turnfeste für die Jugend.

Die Stunde der Eröffnung des Kriegs ist bestimmt. Die Turnlehrer treffen alle Vorbereitung. Das Pfahlwerk der Wall, der Festungsgraben sind ausgebessert, man ordne die Schaar, setzt Vorturner zu Unteranführern, man entwirft den Plan des Verfahrens. Die Stunde schlägt, die Festungen werden besetzt, es werden Posten ausgestellt. Das übrige kleine Heer, welches im Felde kämpfen soll, zieht aus, nach besonderm Zweck in verschiedene Abtheilungen gebracht, jedes seine Anführer an der Spitze. Man holt Nachrichten ein von den Vorposten, man schickt Kundschafter aus, um zu erfahren, wo der Feind sich zeigt. Es kömmt darauf an, diese oder jene seiner einzelnen Abtheilungen zu umgehen, abzuschneiden, ihnen Verstecke zu legen, sie zu überfallen, ihm an Gefangenen so viel abzunehmen als möglich, und ihn dadurch zu schwächen. Man benutzt hierzu nicht einen bestimmten, einengenden Spielplatz, sondern das freye Gefilde, wie die Natur es gibt; Hohlwege, Schluchten, Gebüsche, Bäume, Wald und Hügel und Thäler. Man be-

schäftigt auf diese Art den Feind, man sucht ihn von seiner Festung abzuziehn, indeß man sich selbst in nöthiger Stärke ihr, wo möglich verdeckt, nähert, nachdem man die Stärke der Besatzung ausgeforscht. Nur eine gegen die Besatzung schwache Zahl nähert sich öffentlich ihr, sie zieht die Aufmerksamkeit auf sich, sie macht einen falschen Angriff, vielleicht glückt es ihr, zu einem Ausfalle zu reizen. Der Lärm bricht aus, und er ist ein Zeichen für eine größere Abtheilung, die sich in der Nähe hielt, schleunig heran rückt und stürmt u. s. w.

Die Rede ist hier nicht von einem in seinem ganzen Gange geformten Spiele; darum ist es an sich unmöglich, eine förmliche Einrichtung und alle Maßregeln, die vom Zufalle und der Oertlichkeit abhangen, anzugeben, eben so wie es unmöglich ist, dem angehenden Schachspieler durch ein gegebenes Musterspiel die große Mannichfaltigkeit der gesammten Spiel-Möglichkeit zu zeigen. Der Anführer ist hier die Seele des Ganzen, unter ihm muß sich die jugendliche Schaar begeistern, unter ihm lerne sie von der Oertlichkeit Nutzen ziehn, den Feind überlisten u. s. w., kurz ihre Denkkraft im Verein mit Muth und körperlicher Gewandtheit gebrauchen. Kann ein erfahrner Kriegsmann in der Sache zu Rathe gezogen werden, desto besser. Die Hauptsache bleibt immer, alle Umstände der Oertlichkeit, jede Fügung des Zufalls, jede Blöße des Gegners mit aller List und Klugheit zu benutzen, um den Feind durch Gefangenmachung so viel als möglich zu schwächen, so daß man endlich so viel Uebermacht hat, die letzten schwachen Haufen desselben, die er zur Vertheidigung der Festung noch aufstellen kann, in die Flucht zu jagen, oder gefangen zu nehmen, und sodann die Festung selbst durch Verhandlung oder Sturm zu nehmen. Alles was der Krieg im Ernst zu einem solchen

Kriege zum Spaß hergeben kann an Maßregeln der Kunst und List, werde angewandt. Allein eine der ersten Grundregeln der ganzen Turnkunst, an die sie sich streng zu binden hat, ist:

Gebrauchen der Kraft, nie Verbrauchen. Wodurch soll nun Pulver und Bley und Schwert bey einem solchen Spaßkriege vertreten werden? Waschen und doch gar nicht Naßmachen ist ein unmöglich Ding; etwas Nasses muß da seyn. Nur dreyerley ist als anwendbar zu finden. Das Ringen im ganzen Umfange; allein ich finde es mit Recht bedenklich, unter den hier gegebenen Umständen, wo die Turnlehrer nicht überall zugegen seyn können, und selbst die Oertlichkeit ganz anderer Natur ist, als auf dem Turnplatze, wo wir jeden Stein von der Ringstelle entfernen. Ich kenne aus Erfahrung das Beste von allen; eine Waffe höchst wohlfeil überall zu haben, und einen Krieg mit ihr Schmerz verursachend nach Herzens Lust so viel als genug ist doch ohne allen Schaden. Ein Krieg mit Ruthen von bestimmter Stärke ist, was ich meine. Allein zum Schutz des Gesichtes sind Helme von Pappdeckel dazu unentbehrlich. Hier ist die Schwierigkeit; denn sie sind leichter zu fordern als anzuschaffen. Ich wähle daher einen Mittelweg. Nun Arm und Hand sey die Waffe. Jeder der jungen Krieger führt einen runden, daumdicken, zwey, drey Fuß langen Stab, der mit seinem Namen deutlich bezeichnet ist. Nicht zum Schlagen ist er bestimmt, er stelle gleichsam den Schild vor, den sich Niemand nehmen lassen soll und will, nach dessen Entwindung aber der Feind strebt. So sey der Kampf durchaus nur Hand- und Armkampf. Wer den Schirmstab verliert, ist Gefangener. Genug; man wähle nun selbst.

Die nöthigsten Gesetze sind:

1. Es gibt nur 2 Festungen, so wie nur 2 Gespielschaften gegen einander.
2. Jede hat ihre Fahne von eigener Farbe. Diese steht Jahr aus und ein aufgepflanzt in der Festung, so lange diese nicht vom Feinde genommen worden.
3. Nimmt dieser sie aber, so flattert die feindliche Fahne das nächste Jahr (oder bis zur nächsten Entscheidung durch Krieg) auf der Festung, zum Zeichen dessen was geschehen. Nur dadurch, daß die Ueberwundenen ihre Scharte auswetzen durch Eroberung der feindlichen Festung, erhalten sie das Fahnenrecht wieder und die Gegner verlieren's.
4. Sieben Tage zuvor wird der Beschluß des Kriegs unter den Turnlehrern beyder Theile beschlossen, bekannt gemacht, und geordnet.
5. Nur Jünglinge von 14 und mehr Jahren, unbehaftet von Kränklichkeit, treten als eigentliche Kämpfer auf. Aber auch jeder Knabe von 10 bis 13 Jahren, der gesund und rasch ist, zieht mit aus und dient als Eilbote, Befehlbringer, Kundschafter.
6. Der Turnlehrer ist Ober-, die Vorturner sind Unter-Befehlshaber. Letztere führen die einzelnen Abtheilungen an; im Kriegsrath aber haben sie berathende Stimme. Wenigstens 2 von ihnen sind dem Oberbefehlshaber als Gehülfen (Adjutanten) so wie auch einige Boten und Kundschafter zugeordnet.
7. Ganz gleiche Zahl der Mannschaft auf beiden Seiten kann hier so wenig Statt finden, als im Großen beym Kriege. Die geringere Zahl muß auf Tapferkeit, Thätigkeit und Klugheit etwas setzen lernen. Doch soll offenbare Uebermacht nicht zugelassen werden.

8. Jeder Theilnehmer fertiget seinen Schirmstab selb
und liefert ihn an den Oberbefehlshaber ab. Diese
aber hält Heerschau am Tage vor dem Kriege und übe
gibt jedem den seinigen gegen das Versprechen zu
rück, ihn zu gebrauchen weder zum Stoß, noch Schlag
noch Wurf, sondern ihn nur zu vertheidigen mit Arm
und Hand, jedoch wiederum ohne Schlag und Stoß
gegen jegliche Entwindung.

9. Bot: und Kundschafter sind ohne Schirmstab.

10. Gefangene werden gemacht durch Entwindung de
Schirmstabes. (Bloße Botschafter, Kundschafter ohn
Schirmstab durch drey Streiche auf den Rücken.) D
Wache der Gefangenen ist jederzeit der Zahl nach e
Drittel der Gefangenen, auch beym Abführen.

11. Die Verwahrung der Gefangenen geschieht in, od
an einem, dem Feinde nicht bekannten, verheimlichte
Orte. Er darf ihn auskundschaften, um wo mögl
seine Gefangenen zu befreien.

12. Dieß kann geschehen, entweder wenn er den Ve
wahrungsort mit einer Abtheilung umzingelt, die
zahlreich ist, als die Zahl der Gefangenen. Wäre
aber nur so stark als die Wache, so muß sich diese a
Abringung der Schirmstäbe einlassen. Die Gefangen
selbst werden als Waffenlose dabey betrachtet und hab
keinen Theil am Kampfe zu nehmen. Oder wenn
ihm glückte, daß einer der seinigen durch List und G
schwindigkeit unberührt von der Wache in den Pl
eindränge und irgend einen der Gefangenen berührte.

13. Nach solcherley Befreiung aber haben sie auf de
Wege zu den Ihrigen zu sehen, wie sie durchkommen
um nicht mit den Befreiern selbst nochmals gefangen
werden u. s. w.

14. Die Besatzung der Festung kann, wenn man will, jeder Theil nur so stark machen, als verabredet worden.

15. Ist der eine Theil durch Gefangennehmung vieler Gegner übermächtig geworden und darf die Feldschaar derselben sich nicht mehr zeigen, ohne Gefahr, sogleich gefangen zu werden; sind die Angreifer noch einmal so stark als die Besatzung: so kann man zur Ergebung auffordern und über Bedingungen verhandeln. Kommen diese nicht zu Stande, so kann sie mit Sturm und Ersteigen genommen werden. Derselbe Fall findet Statt, wenn man mit einer übermächtigen Abtheilung verdringt und keine feindliche Abtheilung zugegen oder zum Entsatz schnell genug da ist. Auch da kann man stürmen und ersteigen. (Stürmen heißt hier: Zum Wall hinauf steigen, das etwanige Pfahl- und Flechtwerk aufreißen; und von der Gegenseite: Die Stürmer zurück und hinab drängen.

16. Erobert ist auf diesem Wege die Festung, wenn die Stürmer ihre Fahne darin aufgepflanzt, die feindliche aber gehoben und geschwenkt, und über den Wall hinab geworfen haben.

Wer den Zweck will, wolle die Mittel.

Ordnung der Turngesellschaft und des Platzes.

Eine Turngesellschaft ohne gesellschaftliche Verfassung bilde einen wüsten Haufen, mit dem nichts zu machen ist. Ordnung, Theilung, Abstufung sind daher völlig unerläßliche Maßregeln; ja selbst denn, wenn die Zahl nicht größer als zwanzig, muß schon auf stufenweises Abtheilen gedacht werden, denn schon bey so wenigen ist die Reihe der Turner zu lang für die meisten Uebungen, weil keiner oft genug daran käme, sie zu machen, folglich dabey zu lange unthätig bliebe. In weit erhöhtem Maße ist dieß der Fall bey 30, 100, 200 Turnern. Eine solche Gesellschaft muß nach richtigen Eintheilungsgründen vertheilt werden. Diese sind Alter und Fortschritt in Kraft und Gewandtheit. Weder das Eine noch Andere allein gibt eine richtige Theilung; das Alter sondert nicht Anfänger und Geübtere, und der Fortschritt allein wirft alt und jung durcheinander.

Man sondere zuerst den ganzen Haufen in drey Ordnungen.

I. Turner. II. Knappen. III. Anfänger.

In die IIIte Ordnung gehört jeder Eintretende, bis er zu einem bestimmten Grade der Gewandtheit und Kraft gelangt ist. Ich liebe nicht Vorschrift; also nur Beyspiel.

Der Anfänger soll können bey folgenden Hauptübungen, nämlich im

Gehn und Laufen: Anständiges Gehen; Stellung und Haltung; halbe Wendung; gewöhnlichen Kriegsschritt, (doch beides nur als Einzelner für sich) fertigen Schlängellauf.

Sprung: die ersten 5 Vorübungen des reinen Hochsprungs; den Satz und Fortsatz des reinen Weitsprungs mit merklicher Gewandtheit; die Hebung und Wendung beym Stabsprung.

Schwingen: die Vorübungen 2. 4. 5.

Sprung im Reifen: Vorübung 1. 2. 3.

— — Strick: Vorübung 1. 2. 3.

— — Seil: Vorübung 1. 2. 3. 4. 5.

Waghalten: die Vorübungen 1. 2. 3. 4. und 5 a. durchaus mit Ruhe und gutem Anstande.

Klimmen: Die Vorübungen 1 bis 6.

Werfen: die richtige Armbewegung beym Schwungwurf des Steines.

Biegsamkeit: die Uebungen 6. 7. 9. 10.

Baden und Schwimmen: Völlige Gewöhnung ans Wasser; Sprung ins Wasser fußwärts; lustiges Untertauchen und Fortkriechen unter dem Wasser; richtige Schwimmbewegung, anfangs nur mit den untern Glie-

dern, dann am Gürtel mit allen Gliedern bis zum wirk-
lichen Alleinschwimmen auf einige Schritt, ohne Hebung
mit dem Gürtel.

Wer diese Uebungen besteht wird in die Ordnung der
Knappen versetzt. Diese schließen einen Kreis um ihn.
Der Turnlehrer spricht: N. N. ist Knapp! und laut rufend
wiederholt es der Kreis.

Auf gleiche Art wird der Knapp in die Ordnung der
Turner aufgenommen. Hierzu soll er folgendes leisten, in:

Gehen und Laufen: bedeutende Proben im Dauer-
und Schnellgang, im Schnell- und Langlauf, im Kriegs-
schritt die Uebungen 2, 4, 6, 7, 9, 10; den Tral-
lauf im Verein mit geübten Turnern pünktlich.

Reinen Hochsprung: den Sprung ohne Anlauf hüft-
hoch; mit Anlauf bis zur Herzgrube.

Reinen Weitsprung: Sprung von 2 Leibeslänge
mit Gewandtheit.

Stabsprung: Sprung bis zu den Fingerspitzen; de
Scheitelsprung unter Mitnehmung des Stabes.

Weitsprung mit Stabe: 3 Leibeslängen.

Schwingen: die 7 Vorübungen.

Reifsprung: die 6 Vorübungen.

Strickspung: die 7 Vorübungen.

Seilsprung: die 12 Vorübungen.

Waghalten: Alle Vorübungen und die Hauptübun
in ihren 8 Aufgaben.

Klimmen: Alle 13 Vorübungen und alle Arten de
Klimmens mit vereintem Gebrauch der obern und unte
Glieder.

Schwimmen: fertiges Schwimmen auf der Brust wenigstens 200 F. weit (jedoch nur nach der ersten Hauptart des Schwimmens oben 1. a.); fertiges Schwimmen auf dem Rücken (ebendas. 3. c.) Endlich das Wassertreten und Tauchen.

Jede der genannten Ordnungen zerfällt nach dem Alter in 3 Abtheilungen:

1 Abtheilung von 10 bis 12 Jahren
2 — — 13 — 15 —
3 — — 16 — 18 — und darüber; aber auch von 14 und 15 Jahren mitunter.

Finden sich solche, die an Größe und Kräftigkeit unter oder über ihrem Alter wären, so muß man sie in die nächste Abtheilung setzen, vor oder zurück. Wäre die ganze Turnerschaft nur 100 Köpfe stark, so würde diese Vertheilung schon ausreichen, denn jede Abtheilung würde, (Ausnahmen können hier nicht berücksichtiget werden) nur 11 Mann stark seyn und dieß ist gerade eine Mittelzahl für die Reihen der meisten Uebungen. Steigt die Zahl aber bedeutend höher, so muß jede Abtheilung in Reihen gebracht werden. Ich gebe hier zum Beispiel eine Vertheilungstafel für 200 Turngenossen.

III. Ordnung. Anfänger. 66 bis 67.

1. Abtheilung (10 jährig) 22.
   a) Reihe 11.
   b) Reihe 11.

2. Abtheilung (11 jährig) 22.
   a) Reihe 11.
   b) Reihe 11.

3. Abtheilung (12 jährig) 22.
   a) Reihe 11.
   b) Reihe 11.

II. Ordnung. Knappen. 66 bis 67.

1. Abtheilung (13 jährig) 22.
   a) Reihe 11.
   b) Reihe 11.

2. Abtheilung (14 jährig) 22.
   a) Reihe 11.
   b) Reihe 11.

3. Abtheilung (15 jährig) 22.
   a) Reihe 11.
   b) Reihe 11.

I. Ordnung. Turner. 66 bis 67.

1. Abtheilung (14 und 15 jährig) 22.
   a) Reihe 11.
   b) Reihe 11.

2. Abtheilung (16 und 17 jährig) 22.
   a. Reihe 11.
   b) Reihe 11.

3. Abtheilung (über 17 Jahr) 22.
   a) Reihe 11.] Vorturner.
   b) Reihe 11.]

Nach diesem Beyspiele wird man sich bey jeder and. Anzahl der Gesellschaft leicht finden. Ist eine Ordnung Zahl zu klein, so macht man statt 6 Reihen nur 5 oder r 4 u. s. w.

Jede Reihe der IIten und IIIten Ordnung hat ihren Vorturner, der Ordnung hält, Anleitung gibt, auch wohl vermacht, was gethan werden soll. Bey obigen 12 Reihen müssen deren daher 12 seyn. Man sieht in der obigen Aufstellung, woher diese genommen werden, nämlich aus der Ordnung der Turner, und zwar aus der 3ten Abtheilung, wenn diese mit so viel passenden Leuten versehen ist, sonst auch aus der 2ten Abtheilung. Die Ordnung der Turner aber bedarf keinen Vorturner, weder dann, wenn sie, in Reihen gesondert, eine Haupt- oder Turnübung macht, welche keine große Zahl zuläßt, noch dann, wenn alle vereint turnen. Im letzten Falle übernimmt der Turnlehrer selbst die Befehligung.

Bey dieser Abtheilung der Turnerschaft müssen die Uebungen selbst wiederum in Schulen getheilt werden. Deren sind 18:

1. Reiner Hochsprung. 2. Klimmen. 3. Hochsprung mit Stabe. 4. Heben, Ziehen, Ringen. 5. Reiner Tiefsprung. 6. Schwingen. 7. Waghalten. 8. Reiner Weitsprung. 9. Uebungen für Biegsamkeit. 10. Sprung im Reifen. 11. Werfen und Bogenschießen. 13. Stelzen. 14. Sprung im Seil. 15. Weit- und Tiefsprung mit Stabe. 16. Waghalten fremder Körper. 17. Gehen. 18. Laufen.

Schlittschuhlaufen, Schwimmen und die Schießübungen mit der Büchse erfordern eigenen Raum und eigene Zeit, sie können daher nicht mit auf den Turnplatz gezogen werden. Bey obiger Vertheilung erhält man gerade eben so viel Schulen, als Reihen unter 200 Turnern Statt finden, man kann daher alle 18 Reihen zugleich jede in eine besondere Schule schicken und wegen der abzuziehenden Vorturner wird

immer noch eine Schule unbesetzt bleiben. Auf diese Art wäre es allein möglich, 200 zugleich zu beschäftigen, ohne von jedem Turnzeuge mehr als eins zu gebrauchen, namentlich nicht mehr als ein Paar Springpfeiler für den reinen Hochsprung und ein zweites Paar für den Stabsprung. Es gibt jedoch andere Rücksichten, welche eine so große Vereinfachung nicht zulassen. Manche Uebungen sollen stärker betrieben werden, z. B. der reine Hochsprung, mehrere Reihen müssen ihn daher zugleich treiben können, daher ist es nöthig, wenigstens 2 Paar Springpfeiler dafür zu haben. bey andern kömmt die Größe der Jugend in Anschlag, z. B. bey den Recken, es müssen daher mehrere Recke von verschiedener Höhe da seyn; am allermeisten aber wird darum die Verdoppelung manches Turnzeuges nöthig, weil eine Zeit Statt finden soll, wo jeder freye Wahl in der Uebung hat u. s. w.

Die weitere Durchführung der Sache folge. Die sämmtlichen Reihen müssen regelmäßig durch die bestehenden Schulen gehn, damit Niemand in irgend einer Uebung zu kurz komme. Die Turnzeit fällt in die freyen Nachmittage des Mittwochs und Sonnabends. Hier sind mehrere Stunden hinter-einander. Mit dem Glockenschlage wird ein Zeichen gegeben, mit der Trommel oder auf sonst eine Art. Die 3 Ordnungen stellen sich nach ihren Abtheilungen in Glieder u. s. w. Die Vorturner treten heraus, jeder übernimmt eine Reihe und führt sie zu derjenigen Schule ab, welche für sie in der Ordnung folgt.

Um diese Vertheilung der sämmtlichen Reihen augenblicklich zu vollenden, hat der Turnlehrer die Namenlisten aller Reihen. (Jeder Vormann hat sie von der seinigen zu liefern.) Diese vertheilt er unter die Vorturner, welche damit zu der angewiesenen Reihe treten, nach der Namenl

jeden aufrufen, um zu sehen, ob niemand fehlt, und sodann zu den Uebungen abgehn. Es ist am besten, daß jeder Vorturner seine ihm einmal übergebene Reihe mehrere Turnzeiten hindurch in seiner Leitung behält, bis sie alle Schulen durchgemacht hat; dann aber kann er seine Liste an den Turnlehrer abgeben und wenn die Ordnung ihn wieder trifft, Vorturner zu seyn, durch eine andere zu einer neuen Reihe angewiesen werden.

Die abgegangenen Reihen üben sich jetzt in ihren Schulen entweder nach fest bestimmter Zeit ($\frac{1}{2}$, $\frac{3}{4}$ oder 1 Stunde) oder überhaupt nur, bis der Turnlehrer das Zeichen zum Turn- oder Schulwechsel gibt. Jetzt rückt jede Reihe in die folgende Schule u. s. w. Indeß auf diese Art die IIte und IIIte Ordnung so beschäftigt werden, ist die Ite nach allen ihren noch übrigen Reihen entweder eben sowohl in der obigen Schulordnung begriffen, oder diese ganze Ordnung bleibt — die abgegebenen Vorturner abgerechnet — unter der Leitung des Lehrers zusammen und treibt Turnübungen des Hochsprungs, Seilsprungs u. s. w.

Es hat sein Gutes, einen Theil der Turnzeit hindurch die Uebungen der freyen Willkühr der Gesellschaft zu überlassen. Ich übergehe die Gründe und schreibe eben so wenig ein Zeitmaß vor. Soll aber diese Willkühr statt finden, so muß der Turnlehrer zuvor alle 18 Schulen mit Vorturnern versehn, welche daselbst über die Ankommenden ihr Amt verwalten.

So viel über die gesellschaftliche Anordnung. Auf Ausnahmen dabey Rücksicht zu nehmen ist viel zu weitläufig.

Lehrart.

„Aber nimmt auch Niemand dabey Schaden?" Unzähligemal hörte ich diese Frage von Zuschauern. Ihr habt Recht so zu fragen, denn ihr seht die Stufen nicht, durch welche der Turner hinauf geht. In der That ist es das stufenweise Aufsteigen, was die Fortschritte sichert. Darauf soll jeder Turnlehrer sehr halten. Die Aufstufungen jeder Uebung sind im Buche aufgestellt, und hiernach ist überall fortzuschreiten. Anfänger lasse man Anfänger seyn und die ersten Vorübungen mehrmals durchüben, ehe sie zu den Hauptübungen kommen. Folgen aber auf diese noch besondere geregelte Turnübungen, bey denen nach Wink, Befehl, Zeitmaß und in genauer Uebereinstimmung mit den Mitturnern verfahren werden soll, so soll man nicht eher zu diesen übergehn, bis die Hauptübung mit aller Gewandtheit bis zum höhern Grade regelmäßig eingeübt worden. Zu demselben Zwecke streben schon die drey Ordnungen.

Die ersten Uebungen, welche die Anfänger vornehmen müssen die untern Glieder ergreifen; denn diese sind die Stützen, auf denen der ganze übrige Körper ruhet. Sind die obern auch noch so stark und flink, so wird dennoch der Ganzen eine schlaffe Lahmheit bleiben durch bleyerne Füß

und Schenkel. Man wähle daher zu den ersten Uebungen den Schlängellauf, die fünf ersten Vorübungen des reinen Hochsprungs, den Satz und Fortsatz des Weitsprungs, die ersten Uebungen mit Reifen und Strick, vom Seilsprunge die drey Aufgaben, oben bey diesem Sprunge a. 1. 2. u. 3; mehrere Aufgaben des Wagstehens auf Einem Beine. Man sehe darauf, daß bey diesen Uebungen der Niedersprung das Stampfende völlig verliere und kaum hörbar werde. Die Wirkung aller dieser Aufgaben, die schon einen hinlänglichen Wechsel verstatten, wird nicht lange ausbleiben. Jetzt gehe man zu dem reinen Hochsprunge ohne Anlauf, dann mit kurzem Anlaufe über und ergreife zugleich auch die obern Glieder durch die Reckübungen 1 bis 7, wodurch Hand-, Arm-, Brust- und Bauchmuskeln kräftig in Anspruch genommen werden. Man geselle zu diesen bald Vorübungen des Schwingens 1. 2. 3. — Sind diese Anstrengungen oft wiederholt, so ist der Grund zu den meisten Uebungen gelegt und man thut wohl, jetzt zu allen Hauptübungen überzugehen; anfangs immer noch durch die ersten Grundübungen aufwärts.

Bey den Hauptübungen verstatte man kein vorschnelles Uebergehen zu den höhern Graden ohne die Zwischengrade; denn bey manchen Uebungen, namentlich bey allen Arten des Hochsprunges gewöhnt man sich dadurch leicht zu fehlerhaftem Benehmen, bey andern kann man selbst Schaden nehmen. Nur nach und nach wächst die Kraft und die Geschicklichkeit.

Jene Eingangsübungen eröffnen dem Turnlehrer zugleich die Bahn der Prüfung. Auf ihr soll er die ursprünglichen Anlagen und das Wachsen der Kraft und Gewandtheit seiner Schüler ins Auge fassen, und sie kennen lernen; denn seine Pflicht ist nicht blos das Unterweisen, sondern auch das Schätzen dessen, was jeder wagen darf ohne Gefahr. Fer-

ner ist mehr darauf zu sehen, daß jede Aufgabe regelrecht, mit völlig gutem Anstande, sicher und mit großer anscheinender Leichtigkeit gemacht werde, als gerade im höchsten Grade unter wildem Benehmen und halsbrechender Anstrengung. In jenem liegt das Merkmal der Herrschaft über den Körper, in diesem nur die Herrschaft einer wilden, ungezügelten Kraft.

Da es dem Turnlehrer nicht möglich ist, bey einer etwas größern Zahl der Gesellschaft allen in mannichfaltigen Schulen beschäftigten Reihen zugegen zu seyn und ihnen Anleitung zu geben: so muß er jederzeit darauf denken, diejenigen Turner, welche sich als gesetzte und gewandte Jünglinge auszeichnen, zu Vorturnern (Mitaufsehern und Mitlehrern) herbey zu ziehen. Er vereinige sie in eine oder zwey Reihen und übe sie gemeinschaftlich; denn hierdurch erhält er die beste Gelegenheit, sich ihrer vorzüglich anzunehmen und sie schneller einzuüben. Er verwende auf sie alle Mühe, zumal bey der ersten Eröffnung des Platzes; ja ist es ihm möglich, schon vor dieser seine Wahl zu treffen, so übe er sie zuvor ein und eröffne dann erst den Platz.

Das Geschäft der Vorturner ist: überall bey dem Stellen, und Abgehn der Reihen, und bey ihren Uebungen Ordnung zu erhalten, das Benehmen eines jeden zu leiten, den Grad und die Art der Uebung anzuordnen, die Handgriffe anzugeben, die Uebungen vorzumachen, dem Anfänger jederzeit Hülfe zu geben, wo sie nöthig und eben dadurch Beschädigung, wo sie möglich wäre, zu verhüten.

Die oben angegebene Ordnung, nach welcher man mit den Schulen wenigstens stündlich oder, wenn man will, halbstündlich wechseln kann und bey der zugleich eine Zeit zur freien Wahl der Uebungen offen bleibt, begünstiget ein rasches, oft wiederholtes Durchlaufen der Schulen. Das soll so seyn,

denn ein langes Stehnbleiben bey ein und derselben Uebung fruchtet nichts, es ermüdet immerfort dieselben Muskeln und spannt ab.

Aus demselben Grunde sollen die Schulen nicht so auf einander folgen, wie die Hauptübungen nach ihrer Verwandtschaft im Buche aufgestellt sind, z. B. alle Arten des Springens hinter einander weg; sondern in der wirklichen Durchübung sollen sie wechselnd durcheinander jetzt die obern, jetzt die untern Glieder, jetzt das Ganze ergreifen und üben. Nach diesem streng zu berücksichtigenden Grundsatze sind oben die 18 Schulen geordnet.

Dieser Grundsatz greift eben darum zugleich in die Einrichtung jedes Turnplatzes stark ein, oder diese wird fehlerhaft. Die Uebungsplätze für die 18 Schulen müssen in derselben Folge hinter einander liegen, in der die Schulen sich folgen. Ist dieß der Fall, so rückt, wenn die Schulen gewechselt werden, jede Reihe zu dem benachbarten Uebungsplatz in die nächstfolgende Schule; ists nicht der Fall, so ist ein Durcheinanderlaufen der Reihen, um zu der neuen Schule zu kommen, unvermeidlich. Dieß soll zumal bey starken Turngesellschaften vermieden werden. Zum Schluß noch zwey Worte. Ueberall sollen die Uebungen in leichter, bequemer und zweckmäßiger Kleidung gemacht werden; richtig! dennoch aber muß die Ordnung der Turner, wenigstens zu manchen Zeiten, an kühlen Tagen, in voller Kleidung turnen; den Grund zu nennen, wäre Ueberfluß. Endlich empfehle ich noch jedem Turnlehrer ein allgemeines Zeichen des Schweigens und der plötzlichen Stille; es ist unentbehrlich.

Die Schutzgeister der Turngesellschaft.

Edle Frauen erschienen in alter Zeit an den Schranken zur Schau; sie selbst zogen, — wer mag es bezweifeln? — geistige Schranken um das Sinnen, Trachten und Wollen der ritterlichen Helden. Welche Schutzgeister sollen in jetziger Zeit auf unsern Plätzen das Sinnen und Trachten und Streben der jugendlichen Turner zügeln und lenken? Ich nenne

die Vaterlandsliebe. Jeder Turnplatz ist vaterländische Anstalt nicht bloß für Bildung zum Menschenthum, sondern vorzüglich zum Bürgerthum. Entwickeln will sie die volle Wehrkraft dem Körper zum Schutz des Ganzen, auch geistig huldigen dem vaterländischen Sinne, so viel er seyn kann. Sollen Arbeiten und Mühungen nicht bloße Spielerey seyn, so müssen sie einen von der Vernunft gesetzten Zweck haben. Die Jugend lerne und wisse den Zweck des Platzes mit seinen Uebungen, sie wisse, daß sie selbst in ihrer Gesammtheit vom Vaterland als Beschützer angesehen wird. Aus dem Vertrauen entkeime ein wackerer deutscher Sinn. — Ich nenne

die Freude und den heitern Sinn. Am besten gedeihen die jungen Eichen im heitern Stande; freudige

Thun belebt das Leben, wie Sonnenhimmel die Auen. Der Jugend ist vom Himmel selbst ein freudiges Seyn bestimmt, es entkeimt von selbst dem noch ungestörtem Gleichgewicht zwischen Leib und Geiste. Lustig ist sie zu jeder Arbeit, zu jeder Anstrengung bereit. Darum weg mit drillender Härte; für ein heiteres Gesicht sorge der Lehrer; im Kreise der Jugend vergesse er der Schwiele, die das Leben ihm vielleicht drückt; fühlen nicht Hohe und Niedere ohne Ausnahme dergleichen? — Und ist es nicht ein freudiges Wirken, dem Vaterlande Männer zu bilden? — Dennoch aber nenn' ich zunächst

den Geist der Ordnung. — Schweigen, Sehen, Hören, Aufmerken, Aneinander-Schließen, Ordnung halten, Zeichen geben und empfangen sind Hauptstücke auf einem Turnplatze. Wehre den Furchtmachern — von Außen; den Unordnungmachern, den Lärmmachern — von Innen. Ein rauhes Drillen ist unbillig, Ordnung aber muß seyn. Wer sich dieser nicht fügen will, bleibe weg, oder lasse sich ein immer strengeres Zurückdrängen gefallen. Bey Vorübungen scherze und rede jeder bescheiden über das, was zur Hand ist, so lange er selbst die Uebung nicht macht. Bey strengern Turnübungen aber soll oft selbst kein Laut fallen, bis sie vollbracht sind; möge dann selbst ein allgemeines Hurrah! laut werden. — Ich nenne

die Bescheidenheit. Kein schönerer Anblick, als Kraft im Geist und Leibe schön vereint zum bescheidenen Manne. Das ist kurz, was ich meine. Der Turnlehrer halte die Anmaßung, die Unbescheidenheit, das lächerliche Dickthun weit entfernt aus den Schranken des Platzes. — Ich nenne

den Ernst, den wirklich bedachtsam männlichen; denn ich erschrecke bey dem Gedanken, daß sich in der edlen Turnkunst, der ich Wort und That so lange gewidmet, ein Geist der Faseley regen und bewegen könnte, daß er gedanken- und erfahrungslos um sich gaffte, und von den Künsten solcher Menschen, die sich zur Schau verkaufen, leichtsinnig einstauschte, ohne sich darum zu bekümmern, ob es die Würde des Menschen beeinträchtige oder körperlich abstumpfe. Die Menschengestalt ist der vollkommenste Lebensbau (Organismus) der tiefe, sorgfältige Betrachtung erheischt, wenn man die wahre Erhöhung seiner Gliederkraft und Gewandtheit, und die Steigerung seiner Gesammtkraft durch die Steigerung jeder einzelnen Kraft nicht stören oder gar hemmen, sondern wahrhaft erheben will. Wie bedenklich ist es, hier nicht zu viel und nicht zu wenig zu thun; aber leicht zu begreifen, wenn eins unvermeidlich wäre, sich lieber zu den Letzten zu neigen. Darum seyd nüchtern und wachet, denn euer Widersacher — der zum Herrn gewordene Lieblingsgedanke — geht umher, euch — niederzuarbeiten. Gebrauchet die Kraft — verbrauchet sie nicht.

Druck und Papier von C. L. Brede in Offenbach.

Druckfehler.

In der Einleit. Seite XVI Z. 3 v. u. lies statt meiner — meiner.
" " " XXI " 11 v. u. " " erstarren — erstarken.
" " " XXVI Z. 8 v. u. " " Witterung — Wirkung.

Seite 1 Zeile 3 v. u. lies statt: Ganzen — Gange.
— 2 — 1 " " geschwinde — geschwind.
— 2 v. u. " " Beschleinigung — Beschleunigung.
— 9 — 2 v. u. " " Ankündigung — Ankündigung.
— 10 — 9 " " Anstoßen des — anstoßendes.
— 12 — 11 v. u. " " stich — sich.
— 8 v. u. " " schickt — schiebt.
— 24 — 1 v. u. " " an — an;
— 25 — 11 v. u. " " üerändern — verändern.
— 29 — 15 streiche weg so.
— 39 — 10 v. u. lies statt: selbsl — selbst.
— 40 — 10 " " 200000 — 20000.
— 43 — 15 v. u. " " wann — wenn.
— 44 — 11 " " wann — wenn.
— 48 — 1 setze ein Comma hinter sich.
— 52 — 9 v. u. lies statt: einläuft — entläuft.
— 54 — 9 v. u. " " Hüfthöbe — Hüfthöhe.
— 56 — 9 " " hefte — hafte.
— 64 — 2 v. u. fehlt nach den Worten 60 Fuß der Satz: Die Breite des Grabens ist an seinen einem Ende 12 bis 14 Fuß, an den andern 7 Fuß.
— 64 — 1 v. u. lies statt und — sind.
— 77 — 10 v. u. streiche man das Comma hinter d.
— 88 — 4 lies statt Rück- — Reck-
— 5 v. u. lies statt: überspannte — überspannende.
— 4 v. u. " " leichter Doppelter Art: — leichter. Sie ist doppelter Art:
— 95 — 8 " " vollkommen die — vollkommen ausreichend um die.
— 96 — 7 " " sogleich — zugleich.
— 112 — 12 " " er — jeder.
— 120 — 2 v. u. " " der — oder.
— 127 — 6 v. u. " " Endes — Ende.
— 131 — 8 " " Balken — Baum.
— 143 — 10 v. u. " " Zoä — Zoll.
— 144 — 5 v. u. " " schwankt — schwenkt.
— 163 — 7 v. u. " " rechte — echte.

S. 190 Z. 12 lies statt: an — von.
— 199 — 15 ; ; jede — jeder.
— 200 — 6 v. u. lies statt: um — und.
— 227 — 9 v. u. ; ; suchen — sehen.
— 246 — 2 v. u. ; ; 7) und — 7) die Lehrart und
— 258 — 6 streich die.
— 273 — 2 v. u. ist hinter daher ein Comma zu setzen und das Comma hinter jederzeit zu streichen.
— 275 — 7 lies statt: hinter sie — dahinter.
— 280 — 1 ; ; Vorschlage — Vörschlage.
— 291 — 11 v. u. lies statt: Werfen und — Werfen 12.

Häufig ist statt schreg zu lesen schräg.

Pränumeranten-Verzeichniß.

Sr. Majestät der König von Dänemark. 10 Exempl.
Sr. Durchlaucht der regierende Fürst Georg Wilhelm zu Schaumburg-Lippe. 12 Exempl.
Ihro Durchlaucht die Frau Gräfin Caroline zu Schaumburg Lippe. . . . 1 Exempl.
Sr. Durchlaucht der Prinz Carl von Schwarzburg-Rudolstadt. . . . 3 Exempl.
Sr. Durchlaucht der Fürst und Herr zu Putbus, General-Gouverneur von Neu-Pommern und Canzler der Academie 1 Expl.

	Expl.
Achen.	
Hr. Bardenhewer, Dr. med.	2
- Erlens, Director d. Gymnasiums.	1
- von Furth, Königl. Preuß. Major.	1
- Ed. von Fürth.	1
Das Königl. Preuß. Generalgouvernement vom Nieder- u. Mittelrhein.	50
- Rücker.	1
- Orsbach, Professor am Gymnasium.	3
- Quinx, Prof. am Gymnasium.	3
Hr. Sönnya, Büreau-Chef.	1
Adolzfurt.	
Hr. Krauß, Rentamtmann.	1
Altena b. Iserlohn.	
Hr. Rüdiger, Buchbinder.	1
Altenburg.	
Hr. C. Rothe, Cand.	1
Die Schnuphasesche Buchhandlung.	1
Hr. Dr. Winkler jun.	1

	Expl.
Altensalz.	
Hr. Mating, Pastor.	1
Altona.	
Hr. Baur, Kaufmann.	2
Die Schleswig-Holsteinische Gesellschaft.	10
Hr. Hammerich, Buchhändler	15
Andernach.	
Hr. Richter, Rector des Collegiums.	1
Annaberg.	
Hr. Ulrich, Magister.	1
Anspach.	
Hr. Busch, Stadtrichter.	1
Das Gymnasium.	1
Hr. Kaiser, Dekan u. Districtsschulinspector.	1
Hr. Stephani, Kreisschulrath	1
Arolsen.	
Hr. G. Knuper, Cammer-Assessor u. Postmeister.	1
Aschaffenburg.	
Hr. Amrhein, Cand. d. Philosophie.	1

	Expl.
Hr. Bauer, Cand. d. Philos.	1
: Fell, Lehrer am Gymnasium	1
: Hoffmann, Oberschulrath.	1
: von König, Cand. der Philosophie.	1
: Kopp, Prof. am Gymnasium	1
Hr. Lieber, Cand. d. Philosophie.	1
: Löhnis, Prof. am Gymnasium	1
: Schilling, Cand. d. Philosophie.	1
: Scolti, Cand. d. Philosophie.	1
: Steiglehner, Cand. der Forstwissenschaft.	1
Ungenannte.	7

Augsburg.

Herr J. G. Chr. Braun, Buchhändler.	1
: Riel, Hofmeister bei Hr. Grafen Hundt.	1

Backnang.

Hr. Hegler, Collaborator.	1

Bamberg.

Die Göbhardsche Buchhandlung.	6

Barmen.

Hr. J. J. Ewich, Vorsteher einer Erziehungsanstalt.	1

Barsikow.

Hr. Koch, Schullehrer.	1

Gr. Behnitz.

Hr. Juhre, Rechnungsführer.	1

Berlin.

Hr. C. A. Amelang, Buchhändler.	26
: Busch.	1
: Dethring, Hof-Postsecretair	1
: Dümler, Buchhändler.	4
: Duncker und Humblot, Buchhändler.	4
Hr. Dziobeck, Lieut. im Füsilier-Bataillon des 4ten ostpreuß. Infanterie-Regiments.	1
: E. Eiselen, Turnlehrer.	1
: Dr. Faulstich, Vorsteher einer Erziehungsanstalt.	1
: Haude u. Spener, Buchhändler.	4
: Hornung.	1
: John Barnett Humphreys	1
: F. L. Jahn.	1
: Laugier, Buchhändler.	14
: Le Coq, Geh. Staatsrath.	1
: Lehnert, Geh. Rath.	1
: Martius.	1
: von Manderodi, Capitain	1
: von Manderodi, Rendant	1
Die Maurersche Buchhandlung.	6
: Müller, Lehrer.	1
: Aug. Mylius, Buchhändl.	6
Die Nicolaische Buchhandl.	37
Hr. M. Pankrazius Parthey	1
: Pochhammer, Geh. Ober-Steuerrath.	2
Sr. Excellenz der Freyh. von Schuckmann, Kön. Preuß. Minister des Innern.	33
Die Societätsbuchhandlung	4
Hr. Strasburg, Prediger.	1
: Stuhr, Buchhändler.	2
Die Turnanstalt.	4
Die Voßische Buchhandlung	2
Hr. Zeisinger.	1

Bielefeld.

Hr. Dr. Wilmans.	1

Birstein.

Hr. von Mieg, Hofrath.	1

Bismark.

Hr. Fahrholz, Prediger.	1

Böblingen.

Hr. Konz, Stadtschreiber.	1

Bonn.

Hr. Eiler, Stadt-Secretair 1
" Ließem, Professor am Gymnasium. 1
" Mockel, Professor am Gymnasium. 1
" Pranghe, Prof. am Gymnasium. 1

Großbotwar.

Hr. Hörner, Substitut. 1

Braunsberg.

Hr. Lawerny, Lehrer am Gymnasium. 1

Braunschweig.

Hr. Lucius, Buchhändler. 4
Die Schulbuchhandlung. 4

Breslau.

Hr. W. Bengler, Gräfl. Stolbergischer Mandatarius. 1
" G. B. Bog, Collaborator am Magdaleneum. 2
" J. F. G. Flogel, Kaufmann 1
" Dr. Harnisch, erster Lehrer am Königl. Protest. Schullehrer-Seminarium ꝛc. 10
" W. A. Holaeufer, Buchhändler. 11
" Kassner, Rector bei Matthias. 1
" L. Maske, Kaufmann. 1
" J. Max u. Comp. Buchhändler. 1
" J. Müllendorff, Kaufmann 1
" S. G. Reiche, Prof. und Vorsteher einer Erziehungsanstalt. 1
Der Schullehrer-Verein. 1
Hr. Graf A. zu Stolberg-Wernigerode, Kön. Preuß. Oberstlieutenant. 1

Buchwald.

Hr. Beyer, Getreidehändler 1

Bückeburg.

Hr. Begemann, Prediger. 1
" Benzler, Subconrector. 1
" Borckhausen, Gymnasiast aus Bassum. 1
" Chaulepié, Gymnasiast aus Hamburg. 1
" Erichs, Gymnasiast aus Diepenau. 1
" Dr. Faust, Hofrath. 1
" Habicht, Professor. 2
" Helle, Gymnasiast aus Dielingen. 1
" Krieger aus Dielingen. 1
" von Landesberg, Assessor 1
" Lorberg aus Suhlingen. 1
" Meyer, Conrector. 1
" Most aus Hagenburg. 1
" Schütz, Prediger. 1
" von Schwarzkopf aus Frankfurt a. M. 1
" Strau. 1
" G. Waitz. 1
" von Werlhof, Assessor. 1

Bunzlau.

Die K. Pr. Waysen- und Schulanstalt. 1

Bustscheid.

Die Schulbibliothek der ref. Gemeinde. 1

Butzbach.

Hr. Weidig, Cantor. 1

Calw.

Hr. Heß, Substitut. 1

Campehl.

Hr. Lindenberg, Schullehrer 1

Cartelow b. Anklam.

Hr. von der Heyden, Gutsbesitzer. 1

Cassel.

Hr. Heinrich Burhenne. 1

Castellaun b. Simmern.

Hr. J. P. Klingelhoefer, Luth. Schullehrer. 12

Chemnitz.

Die deutsche Bibliothek d. Lyceums. 1

Die Schulbibliothek. 1

Coburg.

Hr. Bagge, Educat. Rath. 1
" Bergner, Hof-Advocat. 1
" Braun. 1
" Briegleb, Hof-Advocat. 1
" von Coburg, Oberstlieut. 2
" Donauer, Post-Secretair 1
" Eberhardt, Bau-Inspector 1
" Eberhardt, Polizey-Inspect. 1
" Göbel, Forst-Secretair. 1
" Gruner, Regierungsrath. 1
" Gumlich, Cammer-Musikus 1
" von Helldritt, Major. 1
" Immler, Lehrer am Baggeschen Institut. 1
" Meusel u. Sohn, Buchhändler. 2

Die Meuselsche Leseanstalt. 1

Die Riemannsche Leseanst. 1

Hr. Schenk, Commiss. Rath 1

Cöln.

Hr. Dr. Cassel, Professor am Gymnasium. 1
" Dilschneider, Lehrer am Carmeliter-Collegium. 1
" Finger, Rector am Carmeliter-Collegium. 7
" Fuß, Prof. am Gymnasium. 1
" Gosen, Regierungsrath. 1
" Grashof, Consist. u. Schulr. 2
" Grashof, Gymnasiast.
" J. Seber, Director des Gymnasiums. 1
" Willmann, Professor am Gymnasium. 1

Cöthen b. Freyenwalde.

Hr. Neumann, Prediger. 1
" Roth, Candidat. 1

Connersdorf.

Hr. Seifert, Schul-Adjuvant 1

Crefeld.

Hr. Chr. Naback. 1
" Joh. Kaibel. 1

Cubach b. Weilburg.

Hr. W. Klein, Pfarr-Vicarius 1

Klein Danndeck.

Hr. Kraft, Magister. 1

Dahlen.

Hr. Th. Schungel, kathol. Lehrer. 2

Darmstadt.

Hr. Heyer u. Leske, Buchhändler 20
" G. Chr. Strecker, Gymnasiast. 20

Demmin.

Hr. Düwell, Feldprediger. 1
" Engelbrecht d. jüngere, Kaufmann. 1
" Freund, Cand. d. Theol. 1
Hr. Hackendahl, Kreis-Einnehmer. 1
" Hedemann, Stadtinspector 1
" J. C. Lobeck, Kaufmann 1
" Melms, Cand. juris. 1
" G. Muhrbuck, Stud. med. 2
" A. F. Rudolphy, Kaufm. 1
" Stolzenberg, Prediger. 1
" J. D. Wichmann, der Handlung Beflissener. 1
" Dr. Wieblitz, Arzt. 1

Diez.

Hr. Eibach, Magister an der lat. Schule. 2

Dinkelsbühl.

Die Studienschule. 1

Dreetz.

Hr. Braune, Schullehrer. 1
" Cochius, Ober-Amtmann. 1

Dresden.

Die Arnoldische Buch- und Kunsthandlung. 1
Hr. Geißler, Regierungsrath 1
" Theod. von Oelsen. 1

Düren.

Hr. F. J. Heimbach, Rector des Collegiums. 1

Dürrenzimmern.

Hr. Pfleuderer. 1

Eisenach.

Hr. Fränzel, Rath u. Director 1

Elberfeld.

Hr. Büschler, Buchhändler. 12
" C. Kirchner. 1

Elbing.

Hr. Müßel, Prediger und Schulinspector. 1

Elsey.

Hr. Hülsemann, Prediger. 1

Elsterburg.

Hr. Ackermann, Advocat. 1
" Hertel, Gerichts-Director 1

Erbach.

Hr. Weber, Pfarrer. 1

Erfurt.

Hr. von Amelunxen, Lieutenant im 25. K. Pr. Inf. Reg. 1
" von Bennesch, Capitain im 31. K. Pr. Inf. Regiment 1
" von Bessel, Capitain im 25. K. Pr. Inf. Reg. 1
" von Burow, Capitain im 25. K. Pr. Inf. Regiment 1
" Gerber, Lieutenant im 25. K. Pr. Inf. Regiment 1
" Gronau, Regierungsrath 1

Hr. Haber, Lieutenant im 25. K. Pr. Inf. Regiment. 1
" von Hochstein, Lieutenant im 25. K. Pr. Inf. Reg. 3
" Kryser, Buchhändler. 6
" von Kockeritz, Lieutenant im 25. K. Pr. Inf. Reg. 1
" Dr. Laubling 1
" J. J. Leitzmann, Gymnasiast 1
" von Leslie, Oberstlieutenant und Kommandeur vom 25. K. Pr. Inf. Regiment. 1
" von Lusingen, Capitain im 25. K. Pr. Inf. Regiment 1
" F. A. C. Lossius, Gymnasiast 1
" J. G. Lusche, Gymnasiast 1
" J. G. Matthes, Gymnasiast 1
" von May, Lieutenant im 31. K. Pr. Inf. Regiment 1
" F. Mempel, Gymnasiast 1
" J. M. G. Mönch, Gymnasiast. 1
" Müller, Lieutenant im 25. K. Pr. Inf. Regiment. 1
" F. Müller, Gymnasiast. 1
" von Rabenau, Lieutenant im 25. K. Pr. Inf. Reg. 1
" von Rummel, Lieutenant im 31. K. Pr. Inf. Reg. 1
" Scheibner, Kaufmann. 1
" Schiebel, Lieutenant im 31. K. Pr. Inf. Regiment 1
" H. Schmidt, Gymnasiast 1
" von Seidlitz, Capitain im 25. K. Pr. Inf. Reg. 1
" von Selasinsky, Major im 25. K. Pr. Inf Reg. 1
" Streich, Actuar. 1
" von Stülpnagel, Oberst und Kommandeur vom 31. K. Pr. Inf. Regiment. 2
" von Taucher, Capitain im 25. K. Pr. Inf. Reg. 1

Hr. von Tiedemann, Major im 31. K. Pr. Inf. Reg. 1
" Dr. Unger. 1
" Voigt, Lieutenant im 25. K. Pr. Inf. Regiment. 1
" Wehmeyer, Lieutenant im 31. K. Pr. Inf. Reg. 1
" Weltzstein, Lieutenant. 1
" Wenig, Erzieher. 1
" von Wenzel, Capitain im 25. K. Pr. Inf. Reg. 1
" Wilm, Lieutenant im 31. K. Pr. Inf. Reg. 1

Erlangen.

Hr. Chr. von Buseck, d. Cameralwissensch. Beflissener. 1
" J. Edelmann, Studiosus der Theol. 1
" G. Hilpert. 1
" C. Hörner, Studiosus der Theologie. 1
" W. G. K. von Holtz. 1
" Martins, d. Chymie Beflissener. 1
" F. Mehmel, Studios. juris 1
" Palm u. Enke, Buchhändler 6
" R. von Paschwitz, d Cameralwissensch. Beflissener. 1
" C. du Ponteil, Stud. juris 1
" J. W. F. Riedel, Cand. der Theol. 1
" J. A. C. Roux. 1
" C. F. Rüssershoefer, Studiosus juris. 1
" J. C. F. Sommer. 1
" Frz. Ullrich, Stud. d. Theol. 1
" v. Wendt, Präsident u. Ritter 1
" J. J. C. Winkler. 1

Eschweiler.

Hr. Schleheck, ref. Schullehrer 1

Eslingen.

Hr. M. Denzel, Inspector d. K. Seminarium. 1

Hr. Reuß, Rector d. Pädagog. 1
" Sinz, Schulinspector und Stadtpfarrer. 1
" M. Steudel, Vicar. 1
" Steudel, Kaufmann. 1

Euben.

" Schultheiß, ref. Schullehrer 1
" van Spanlern, ref. Pfarrer 3
" Vincken, Rector d. Collegiums 2

Feuchtwangen.

Hr. Prinzing, Dekan u. Districtsschulinspector. 1

Fischbach b. Hirschberg.

Hr. Langner, Cantor. 1
" Schwell, Cantor u. Schullehrer. 1

Frankenhausen.

Hr. Thierbach, Superintend. 1

Frankenstein.

Hr. Hiller, Schullehrer. 1
" Meister, Apotheker. 1
" Pabel, Schullehrer. 1
" Polenz, Burgermeister. 1

Frankfurt a. M.

Die Andreaesche Buchhandl. 12
Frau Rendant v. Brentano 1
Hr. H. L. Brönner, Buchhändl. 6
" Dr. Diesterweg. 1
" Doering, Buchhändler. 1
" Düsay. 1
" Ant. Enders, Erzieher d. jungen Grafen v. Schönborn. 1
" Dr. Engelmann, Vorsteher einer Erziehungsanstalt. 1
" Fester, Cand. d. Theol. 1
" Friedleben, Lehrer d. Kaufm. und math. Wissenschaften. 1
" J. Frieß. 1
" Gebhardt und Körber, Buchhändler. 1
" Hadermann, Rath u. Vorsteher einer Erziehungsanst.

Hr. Hahn, Lehrer an d. Musterschule. 1
" von Handel, K. K. Oestr. Hofrath. 1
Sr. Excell. d. Hess. Minister von Harnier. 2
Hr. Hauck. 1
Die Hermannsche Buchhandl. 11
Hr. Gottl. Karl Herrmann. 1
" Hinckel. 1
Die Jägersche Buch-, Papier- und Landchartenhandlung. 6
Hr. Chr. Jung, Lehrer an d. Weisfrauenschule. 3
" Kraft. 1
" Kugler, Pfarrer. 1
" Lehn, Lehrer a. d. Musterschule. 1
" von Leonhardi, Feldoberst des Landsturms. 1
Freyherr F. W. v. Malapert, genannt v. Neufville, Kön. Preuß. Cammerherr. 1
Hr. Mappes, der Arzneykunde Beflissener. 1
" Prof. Matthäi, Director d. Gymnasiums. 1
" Mumm-Scheibeler. 1
" P. W. Passavant. 1
" Pensa. 1
" Pfeiffer, Cand. d. Theol. 1
" Roß, Erzieher b. Hr. Feldoberst Leonhardi. 1
" Rumpel. 1
" Scholl, Pfarrer. 1
" Sinn. 1
" Smidt. 1
" von der Velden. 1
" Reinhard von der Velden 1
Das Waysenhaus. 2
Frau Gräfin von Wesphalen, geborne Thun. 1
Hr. Willemer, Geh. Rath. 2

Frankfurt.
Hr. Fechner, Professor an der Kreisschule. 1
" Langer, Conrector. 1
Freyberg im Erzgeb.
Hr. D. K. Weiß, Amtsphysik. 2
Freyenwalde.
Hr. Wehnert, Landrath. 1
Friedland in Mecklenburg.
Hr. Leuschner, Prorector an der Gelehrtenschule. 1
" Leuschner, Prorector. 2
Friedrichsdorf.
Hr. Willberg, Schullehrer. 1
Frischborn.
Hr. H. Stamm, Cand. d. Theol. 1
Fürstenwalde.
Hr. Wiese, Conrector. 1
Fulda.
Hr. Petri, Kurhess. Großherz. Fuldaischer Kirchenrath und Inspector. 1
" L. Boecicker. 1
Gailendorf.
Hr. Sihler, Präceptor. 1
Ganzer.
Hr. Büchholz, Prediger. 1
Gatzweiler.
Hr. Sitter, ref. Schullehrer. 1
Gedern.
Hr. Erbgraf zu Stolberg-Wernigerode u. Gedern. 3
Geistenbeck.
H. J. Rommel, ref. Schullehrer 1
Genin b. Lübeck.
Hr. Brandes, Prediger. 1
Gerhardshofen.
Hr. Victor Herrmann, Pfarrer 2

Gießen.

Hr. Follenius, Studiosus. 1
" Prätorius, Steuer-Rectificator. 1
" Welker, Professor. 1

Gladbach b. Krefeld.

Hr. M. Brinck, Kaufmann u. Burgermeister. 3
" J. W. Knöpkes, ref. Schullehrer. 4
" Nöwer, Lehrer d. Lat. Schule 1

Glauchau.

Hr. Herrmann. 1

Alt-Gliezen.

Hr. Zimmermann, Prediger 1

Göritzeifen b. Löwenberg.

Hr. Hiller, Cantor u. Schullehrer 1

Görlitz.

Hr. Baumann, Marstallverwalter. 1
" Baumeister, Amts-Secret. 1
" J. C. Franke. 1
" Frosch, Kaufmann. 1
" König, Actuar. 1
" Queitsch, Studiosus. 1
" Dr. Rösler, Director d. Gersdorffschen weibl. Erziehungsanstalt und Lehrer am Gymnasium. 1
" Wagner, ordentl. Lehrer an d. Gersdorffschen Erziehungsanstalt. 1

Götemitz auf Rügen.

Hr. H. G. Piper, Cand. d. Theologie. 1

Göttingen.

Die Dietrichsche Buchhandl. 4
Hr. Adamus Tompa, Hungaro-Transylvanus. 1

Golgow.

Die Schulen der Parochie. 4

Gorgast.

Die Schulen der Parochie. 1

Gotha.

Hr. C. Credner, Gymnasiast. 1
Die Ettingersche Buchhandl. 6
Die Turnanstalt. 1

Greifswald.

Hr. F. W. von Schubart, Dr. und Prof. d. Theol. 1
" C. Willmann, Subrector. 1

Greiz.

Hr. Schmidt, Diakonus. 1

Griebenow b. Greifswald.

H. Baron E. von Keffenbrink 1

Grüibingen.

Hr. M. Ergenzinger, Vicar. 1
" M. Lederer, Pfarrer. 1

Grumbach.

Hr. Wolf, Amtmann. 1

Grunau.

Hr. Palm, Schullehrer. 1

Guestow.

Hr. Bollmann. 1

Gummbinnen.

Hr. Burgsdorf, Landstallmstr. 1

Gusow.

Die Schulen der Parochie. 1

Halle.

Hr. P. Anton, Studiosus d. Theologie. 1
" Dr. W. Bernhardt, Inspector d. Bürgerschule. 1
" J. G. Blobel, Studiosus d. Theol. 1
" Dr. Buhle, Lehrer an der Realschule des Waysenhauses 1
" Bullmann, Inspector der Realschule. 1
" K. G. Dietlein, Lehrer an d. Töchterschule. 1

	Expl.
Hr. J. F. A. Elste, Lehrer an d. Bürgerschule.	1
" Engelke, Lehrer an d. Bürgerschule.	1
" F. Erdmann, Lehrer an d. Bürgerschule.	1
" F. A. Flöthe, Lehrer an d. Bürgerschule.	1
" L. Frenzel, Studiosus d. Theol.	1
" K. Th. Giesecke, Studios. der Theol.	1
" Heine, Schüler des Waysenhauses.	1
" K. E. Heinrich, Schüler des Waysenhauses.	1
" W. F. Heinrichshofen, Schüler des Waysenhauses.	1
" Hemmerde u. Schwerschke, Buchhändler.	3
" J. D. Junge, Studiosus d. Theol.	1
" Kayser.	1
" J. A. Kersten, Gesanglehrer d. deutschen Schule des Waysenhauses.	1
" J. G. Kögel, Studiosus der Theol.	1
" J. H. Laue, Lehrer an d. Töchterschule d. Waysenhauses	1
" Manitius, Kollege an d. Hauptschule.	1
" J. D. K. Pflug, Studiosus der Theol.	1
" G. R. Raw, Stud. d. Theol.	1
" A. Reutsch, Studiosus d. Theol.	1
" J. M. Richter, Schüler d. Waysenhauses.	1
" F. A. G. Riemschneider, Studiosus d. Theol.	1
" F. G. W. Scholinus, Schüler des Waysenhauses.	1
Hr. H. Schirmer, Studiosus d. Theol.	1
" J. W. Sperling, Schüler d. Waysenhauses.	1
" C. A. Stöve, Studiosus d. Theol.	1
" A. Trautner, Lehrer an d. Bürgerschule.	1
" J. Vogelsang, Studiosus der Theol.	1
" F. L. Wagenknecht, Vorsteher einer Elementarschule.	1
" G. Wagenknecht, Küster an d. St. Moritzkirche.	1
" J. C. Wald, Oberlehrer an d. Töchterschule.	1
Die Waysenhausbuchhandl.	10
Hr. J. G. Zimmermann, Studiosus d. Theol.	1
Hamburg.	
Hr. W. A. Aussmordt.	3
" F. F. C. Barwaßer.	1
" O. Bennecken.	1
" P. J. H. Berger.	1
" W. Besser.	1
" M. T. Borchardt.	1
" Chr. Brödermann.	3
" G. F. Deede.	1
" E. F. Deuicke.	1
" J. C. Ehrenreich.	1
Die Erziehungsanstalt im Schiffbeck.	3
" Fiedler, Hofrath.	1
" F. Grafe.	1
" J. Hargreaves.	1
" J. M. Herrlich.	1
" H. Hubbe.	1
" P. A. Hugues.	1
" J. Hurtmann jun.	1
" M. C. Köhnke.	2
" J. P. Langbein, Pastor.	1
" L. Lorenzen.	1
" D. E. Luders.	1

	Expl.
Hr. Maaß.	1
; W. Mauke.	1
; C. Mellisch.	1
; J. M. Meyer.	1
; A. F. Minder.	1
; F. Mönckeberg.	1
; J. L. Muchau.	1
; H. Münster.	1
; P. C. Oehrens.	1
; A. B. Oelreich.	1
; A. M. Oppenheimer.	1
; F. A. Pacius.	1
; Perthes u. Besser, Buchhändler.	29
; Fr. M. Perthes	1
; J. A. Philippi.	1
; Plath.	1
; C. A. Prale.	3
; P. D. Prale.	1
; F. A. Prale jun.	1
; J. G. Repsold.	1
; Dr. Rosing.	1
; E. F. Runohr.	1
; J. J. Schmidt.	1
; J. M. Sutor.	1
; E. Specter.	1
; Stranch, Prof.	1
; Stuart.	1
Zwey Ungenannte.	2
Hr. J. F. Voigt.	1
; Leonh. Wächter.	1
; J. H. Wagener.	1
; D. R. Warburg.	1
; F. C. Wedderihn.	1
; H. M. Wehnke.	1
; J. L. W. Wohlfahrt.	4
; R. F. Wolters.	1
Hanau.	
Hr. Dr. Schiede.	
Hanshagen.	
Hr. Baier, Zögling.	1
; Olof. Lanken.	1
Hr. Th. Siemsen, Dr. der Theol. u. Prediger.	1
; C. R. v. Wolfradt, Zögling	1
; C. F. Muhrbuck, Zögling.	1
Gr. Hartmannsdorf.	
Hr. Böhm, Cantor u. Schullehrer.	1
Heidelberg.	
Hr. Mohr u. Winter, Buchhändler.	4
; Oswald, Buchhändler.	6
Heidenheim.	
; Hartmann, Commerzienrath	4
Heilbronn.	
Hr. Beuerlen.	1
; Bruckmann, Stadtschreiber	1
; Denzel, Hofprediger.	2
; Hahn, Kaufmann.	1
; von Hügel, General-Major	1
; Keßler, Besitzer d. Neuhofs	1
; Christ. Seyffardt, Kaufm.	1
; Staudenmeier, Präceptor	1
; Tscherning, Rector.	1
Heiligenstadt.	
; Lingemann, Director.	1
Heinsberg.	
; Heymanns, ref. Schullehrer	1
Hermsdorf b. Schmiedeberg.	
Hr. Pohl, Schullehrer.	1
Herzogswalde.	
; Böttcher, Prediger.	1
Hildburghausen.	
Hr. Nonne, Schulrath.	3
; Schmid, Geh. Rath.	1
Hildesheim.	
; Gerstenberg, Buchhändler	1
Hirsau.	
; M. Kind, Pfarrer.	3

Hirschberg.

Hr. Brüchner, Kaufmann. 1
" Chr. Ehrenfr. Fritsch, Kaufmann. 1
" E. E. Fritsch, Gymnasiast. 1
" Heusel, priv. Gelehrter. 1
" Nagel, evangel. Diakonus. 1
Der Schullehrer-Verein im Hirschbergischen Kreise. 1
Hr. Tschörsner, Apotheker. 1

Hohenstein.

" Landgraff. 1

Holtendorf b. Görlitz.

Hr. von Stölzer, Kriegsrath 1

Horrheim.

" M. Reusser, Pfarrer. 1

Husum.

" Amberg, Privat-Lehrer. 2
Die Gelehrte Schule. 1
Hr. Wardenburg, Justizrath und Zollverwalter. 19
" Wardenburg, Justizrath und Burgermeister. 2

Jena.

" Dürr, Studiosus. 1
" Ph. Schnuphase, Student 1

Ilsfeld.

" M. Steinbeis, Pfarrer. 1

Ingelfingen.

" Geßler, Diakonus. 1

Itzehoe.

" Dr. Eckhoff. 4

Juchen.

" H. Bieren, ref. Schullehrer 1

Jüterbog in Sachsen.

Hr. C. Chr. L. Canzler, Pastor 1
" M. Weber, Diakonus. 1

Kaiserslautern.

Hr. Bälbier, Director und Prof. des Gymnasiums. 1

Kaltenborn.

Hr. Schurigt, Cand. 1

Kempen.

" Bister, Rector d. Collegiums 5

Kerrenheim b. Kleve.

Die Protestantische Schule. 1

Keula.

Hr. Einert, Assessor. 1

Kiel.

Hr. J. Alpen, Seminarist. 1
Die Bibliothek des Schullehrer-Seminarium. 1
Hr. H. Bielenberg, Seminarist 1
" F. Brandt, Seminarist. 1
" A. Detlessen, Seminarist. 1
" J. Dütsch, Seminarist. 1
" H. Fischer, Seminarist. 1
" H. Gärtgens, Seminarist. 1
" Gensichen, Prof. 3
" H. F. Grabaw. 1
" J. M. Hameloth, Seminarist 1
" D. C. Harlop, Seminarist 1
" C. H. Jensen, Seminarist. 1
" H. Jessien, Seminarist. 1
" J. Martens, Seminarist. 1
" Martensen, Lehrer d. Gymnastik am K. Seminarium. 1
" M. Matzen, Seminarist. 1
" J. G. Nagel, Seminarist. 1
" H. H. Prehn, Seminarist. 1
" J. F. Ritter, Seminarist. 1
" C. J. Schmidt, Seminarist 1
" H. Thomsen, Seminarist. 1
" H. H. Warnholz, Seminarist 1

Kirchahorn b. Baireuth.

Hr. J. M. Hüttner, Schullehrer 1

Kirchheim.

" Reusch, Schullehrer. 1

Königsberg.

Hr. von Baczko, Professor. 1
Das Colleg. Friedericianum 1

	Expl.
Hr. Dr. Köpke.	1
: Hoffmann, Studiosus.	1
: Kayser.	1
: Nicolovius, Regierungs-Präsident.	2
Königsberg in d. Neumark	
Hr. Zimmermann, Brigade-Prediger.	1
Köthen.	
Hr. F. Laue, Adjunct d. Minist. u. Lehrer der Töchterschule.	1
Kostanz.	
Hr. Strasser, geistl. Rath u. Dekan.	3
Koswig.	
Hr. Fehser, Lehrer an d. Töchterschule.	1
Kreuen.	
Hr. Schubert, Pastor.	1
Kreuznach.	
Hr. Engelmann, Domänen-Inspector.	1
Kruckow in Pomm.	
Hr. Dan. Benzien, Privat-erzieher.	3
: Baron von Sobeck, Kammerherr.	1
Landeshut.	
Hr. Carl Weist, K. Pr. Lieut. von 6. Schles. Landwehr Inf. Regiment.	1
Langenau b. Görlitz.	
Hr. M. Menzmann, Pfarrer	1
Langenschwarz.	
Hr. Krauß, Pfarrer.	1
: Chr. Schmidt, Fabrikant und Handelsmann.	1
Laubach.	
Hr. Crecelius, Cand. d. Rechte u. Stadtrectificator.	1
Lauterbach.	
: Engelmann, Conrector.	1
: Pabst, Oekonom.	1
Leddin.	
Hr. Fleiß, Schullehrer.	1
Leipzig.	
Hr. J. A. Barth, Buchhändler	1
: Carl Enobloch, Buchhändl.	11
Die Dyck'sche Buchhandlung.	3
Hr. Dr. Chr. F. Eberhard, Ober-Hofg. u. Consist. Advocat	1
: Fiedler, Collaborator.	1
Die J. B. G. Fleischersche Buchhandlung.	6
Hr. Gerh. Fleischer, Buchhändl.	4
: Gedicke, Director.	1
: G. J. Göschen, Buchhändl.	1
: Güde, Collaborator.	1
: Paul Gotth. Kummer, Buchhändler.	6
: Kunoth, Magister.	1
: Carl Linke.	1
: Lindner, Professor.	1
: J. G. Mittler, Buchhändl.	1
: Pomsel, Collaborator.	1
Zwey Ungenannte.	2
Lemgo.	
Die Meyersche Buchhandlung.	1
Lesekow.	
Hr. Leppin, Schullehrer.	1
Letschin.	
Die Schulen der Parochie.	5
Liegnitz.	
Hr. Dr. Becher, Studiendirector d. K. Ritteracademie.	1
Die Bibliothek d. K. Schullehrer-Seminarium.	1

Die Bibliothek d. K. Ritterakademie. 1
Hr. Lieut. Hänel, Skallmeister und Lehrer d. Gymnastik. 1
" Lingke, Diakonus. 1
" Müller sen. Pastor. 1
" Prof. Werdermann, Rector des Gymnasiums. 1
" C. E. Graf von Zetlitz, genannt Trützschler von Falkenstein. 1

Lindstedt.
Hr. Schreck, Prediger. 1

Lobendau.
" Boberag, Prediger. 1

Loebschütz.
" Jaloneck, Rector des Gymnasiums. 1

Lögow.
Hr. Hansen, Prediger. 1

Lombach.
Hr. Fehleisen, Pfarrer. 1

Lomnitz.
" Krause, Pastor. 2

Lübeck.
Hr. von der Hude, Prediger. 1
" J. F. von Rohden, Buchhändler. 16

Lüdenscheit.
" Grün, erster Lehrer an der Bürgerschule. 2
Hr. Kobbe, Bürgermeister. 1

Lüneburg.
Hr. Herold u. Wahlstab, Buchhändler. 7

Lukkau.
Hr. C. F. Geisler, Lehrer an der Stadtschule. 1

Mägerlingen.
Hr. M. Günzler. 1

Magdeburg.
Die Creutz'sche Buchhandlung. 4
Hr. W. Heinrichshofen, Buchhändler. 12

Mahlberg.
Hr. Lembke, Pfarrer. 1

Mainz.
" M. Klein, Vorsteher e. Pestalozischen Schule. 1
" Kramer, Lehrer an d. Pestalozischen Schule. 1
" Molitor, Friedensrichter. 1

Mallwitz.
" M. Roller, Erzieher b. Hr. Grafen von Dohna. 1

Mannheim.
Die Bibliothek des Lyceums. 1
Hr. Dr. Diesterweg, Prof. am Lyceum. 1
Die Harmoniegesellschaft. 1
Hr. Loeffler, Buchhändler. 2
" Martin, Prof. am Lyceum. 1
" Mengs, Mitglied d. Theaters 2
" Nüßlin, Director d. Lyceums 1
" Schwan u. Götz, Buchhändler. 3
" Weickum, Prof. am Lyceum 1

Marburg.
" J. Chr. Krieger, Buchhändl. 6

Marienwerder.
Hr. Ungefug, Rector. 1

Marschallenzimmern.
Hr. M. Köhler, Pfarrer. 1

Massel.
" W. Trumpf, Organist. 1

Meiningen.
Hr. Ausfeld. 1
" Keysner, Landschulinspect. 1

Hr. Kümpel, zweiter Lehrer an der Töchterschule. 1
" Ritter, Candidat. 1
" Treiber, Kriegs-Secretair 1

Melanne b. Görlitz.
Hr. Buchwald, Pfarrer. 1

Melchin.
Hr. Franck, Postrath. 1

Memel.
" Meier, Kaufmann. 3
" Dr. Rosenheyn. 1
Die Schulbibliothek. 1
Hr. Sprengel, Superintend. 1

Metzelthin.
Hr. Hindenberg, Prediger. 1

Pr. Minden.
" W. Benzler, Post-Secretair 1
" F. Benzler, Post-Secretair 1
" Bocko, Rector. 1
" Dr. Hanf, Prediger. 1
" Niemann, Referendair. 1

Mittelwalde.
Hr. Straube, Prediger. 1

Montjoie.
" F. Homberg. 1
" Krenzner, luth. Schullehrer 2

Mühlhausen in Thüring.
Hr. Danner. 1
" Hübner, Rath. 1
" Koenig, Superintend. 1
" F. Meißner, Gymnasiast. 1
" W. Weymar, Gymnasiast 1
" Schollmeyer, Land- und Stadtgerichts-Director. 1

Mühlhausen b. Pr. Eilau.
Hr. Donnerstag, Seminarist. 1
" Milsch, Pfarrer. 1
" Dr. Motherby. 1

Mühltroff.
Hr. Bauer, Justizbeamte. 1

Münchberg.
Hr. Roock, Superintend. 1

Han. Münden.
" Dr. Renner, Conrector an der höhern Bürgerschule. 1

Münster.
Die Coppenrathsche Kunst- u. Buchhandlung. 1
Hr. v. Vincke, Ober-Präsident 1

Nackel.
" Nebert, Schullehrer. 1

Nagold.
" Rittel, Schullehrer. 1

Nassebaud.
" Just, Prediger. 1

Naumburg.
Die Bibliothek der Bürgerschule. 1
Hr. Heidenreich, Cand. der Theol. und Hauslehrer. 1
" Hofmann, Cand. d. Theol. und Hauslehrer. 1
" M. Lindemann, Cand. der Theol. u. Hauslehrer. 1
" Rittmeister von Oppeln-Bronikowsky, Polizey-Direktor. 1
" Pietsch, Diakonus u. Vorsteher e. Erziehungsanstalt. 1
" Taschenberg, Hülfslehrer an d. Bürgerschule. 1
" Chr. Weiß, Prof. u. Director der Bürgerschule. 1

Neipperg.
Hr. Meier, Pfarrer. 1

Nennhausen.
" Gutschow, Cantor. 1

Neuenburg.
" Hailer, Präceptor. 1

	Expl.
Neuendorf.	
Die Schulen der Parochie.	1
Neuhausen.	
Hr. Bertram, Schulinspector und Prediger.	1
Neuß.	
Hr. Clausen, luth. Pfarrer.	1
; Chr. Clausen.	1
; Ph. H. Glasmacher, Rector des Collegiums.	1
; A. Jacobi aus Düsseldorf.	1
; Chr. Keuchen aus Barmen.	1
; F. Koch, Fabrikant.	1
Neustadt a. d. Aisch.	
Hr. Wächter, Landrichter.	1
Neustadt an d. Dosse.	
Hr. Pieser, Rector.	1
Neustadt im H. Holstein.	
Hr. Rommdt, Justizrath.	1
Neustrelitz.	
Hr. F. L. Albanus, Buchhändl.	4
Niedermorstädt.	
Hr. Thudichum, Cand.	1
Nordhausen.	
Hr. Dr. Barth.	1
; Förstemann, Superintend.	1
; Förstemann, Cand.	3
; Heyse, Rector.	1
; Kellner, Schullehrer.	1
; Röhr, Kaufmann.	1
; Straß, Director.	1
Nürnberg.	
Hr. Bärr, Schullehrer.	2
; G. W. Günther, Gymnasiast	1
; J. M. Huß, Seminarist.	1
; C. Köhler, Seminarist.	1
; Port, Schullehrer.	1
; Riegel u. Wießner, Buchhändler.	12
; Rüder, Seminarist.	1

	Expl.
Hr. Schultheiß, Schullehrer.	1
; von Siebein, Mauthinspect.	1
; Dr. Wolf, Professor.	1
; J. S. Wolf, Seminarist.	1
; L. Ch. Zumpf, Seminarist	1
Odenkirchen.	
Hr. J. J. Schneider, ref. Schullehrer.	1
Oehringen.	
Hr. Ehenau, Rendamtmann.	1
; Rottinger, Hofrath.	1
Oels.	
; Fülle, Prorector.	1
; Gerstmann, Conrector.	1
; Günther, Director d. Gymnasiums.	1
; C. G. Haumann, Lehrer am Gymnasium.	1
; von Kelsch, Gymnasiast.	1
Oelsnitz.	
Hr. Groh, Burgermeister.	1
; Settlow, Superintend.	2
Offenbach.	
Hr. Kaiser, Lehrer.	1
; A. Pfaltz.	1
; Spieß, Prediger u. Vorsteher einer Erziehungsanstalt	1
Petersdorf.	
Hr. Liebig, Pastor.	1
Pfalzdorf b. Kleve.	
Hr. Neuhauß, luth. Pfarrer.	1
Pietschen.	
; Reiter, Rector.	1
Plänitz.	
; Schumann, Prediger.	1
Plattenberg.	
; Kellner, Cand. d. Theol.	1
Plauen.	
; A. Baumgärtel, Kaufm.	1
Frau Gräfin von Brühl.	1

	Expl.
Hr. M. Engel, Diakonus.	1
; Dr. Fischer, Superintend.	1
; A. Hartensteim, Kaufm.	1
; König, Zinngießer.	1
; Mulert, Cand.	1
; Nöller, Finanz-Secretair.	1
; M. Struve, Archi-Diakonus	1
; Römer, Strumpfwirker.	1
; Wiedemann, Cand.	1
; Zuckschwerdt, Organist.	1
Potsdam.	
Hr. Bernhardt, Schulinspect.	5
; Fr. Brüß, Lehrer.	1
Das Kön. Preuß. Cadetten-Institut.	3
Hr. F. Keil, Lehrer.	1
; E. Kießling, Schüler der Bürgerschule.	1
; E. Kölpin, Schüler d. Bürgerschule.	1
; A. Maassen, Schüler der Bürgerschule.	1
; C. Maassen, Schüler der Bürgerschule.	1
; W. Matie, Schüler der Bürgerschule.	1
; Natorp, Ober-Consistorialr.	1
Die Königl. Kurmärkische Regierung.	50
Hr. G. Runge, Cand. d. Predigtamts.	1
; C. Sadowsky, Lehrer.	1
; C. Schröder, Schüler der Bürgerschule.	1
; C. Uhlich, Lehrer.	1
; C. Verlau, Schulamts-Cand.	1
; A. Zarnack, Schuldirector im Waysenhaus.	2
Putzar in Pom.	
Hr. Graf von Schwerin.	1
Quedlinburg.	
Hr. Gottfr. Basse, Buchhändl.	2
Hr. J. J. Ernst, Buchhändler	2
Randerath.	
Hr. Schlickum, ref. Pfarrer.	1
; A. Thyssen, Schullehrer.	1
Rathenau.	
Hr. Ewald, Superintend. u. Inspector.	2
Rathenow.	
Hr. Ewald, Inspector u. Superintend.	1
Ratzeburg.	
Hr. Lohmeyer, Landbaumeister	1
Reitwein.	
Die Schulen der Parochie.	1
Reckan.	
Hr. Frühauf, Cantor.	1
Reutlingen.	
; Fleischmann, Amtsschreiber	1
Rheda.	
; Budde, Feldprediger.	2
Rheydt.	
Hr. Jacobs, Cand. d. Theol.	1
; Wülfing, ref. Pfarrer.	1
; Wülfing, ref. Schullehrer	2
Groß Riemersdorf bei Lübben.	
Hr. Krause, Kreisdeputirter.	1
Rinteln.	
; Kahler, Professor.	2
; Kilian, Konrector.	1
; Meyer, Assessor.	1
; Schrader, Regierungsrath	1
; Süß, Auditeur.	1
; Weibezahn, Rector.	1
; Wiederholdt, Regierungs-Rath.	1
; Wilke, Kaufmann.	1
Ritterich.	
Hr. Hüsgen, kathol. Pfarrer.	3

Expl.

Rohrlack.
Hr. Pieper, Schullehrer. 1

Ronsdorff.
; Heuser, Pastor. 1

Roslau.
; Frz. Sintenis, Cand. der Theol. 1

Klein Rosleben.
Die Schulbibliothek. 1
Hr. W. Rector. 1

Rostock.
; K. C. Stiller, Buchhändl. 11

Rothenburg.
Die Studienschule. 1

Rothstock.
Die Schulen der Parochie. 1

Rüdelsdorf b. Görlitz.
Hr. Zürn, Cand. 1

Rudolstadt.
Die Hofbuchhandlung. 2
Hr. Kirchner, Gymnasiast. 1

Neu-Ruppin.
Hr. Brinck, Rector. 1
; Dr. Thormeyer, Rector d. Gymnasiums. 1
; von Zieten, Landrath. 4

Sachsendorf.
Die Schulen der Parochie. 1

Sasserath.
Hr. G. Schiffers, ref. Schullehrer. 1

Schemberg.
Hr. Schänzler, Substitut. 1

Schilda.
; Rieckmann, Cand. d. Theol. 1

Schildau.
; Münster, Schullehrer. 1

Schleswig.
; Adler, General-Superint. 1

Expl.

Hr. Callisen, Probst. 4
; Hensen, Mitvorsteher des Taubstummen-Institut. 4
; R. Koch, Buchhändler. 12

Schlitz.
Hr. Krauß, Pfarrer. 1
; Schlez, Kirchenrath. 1

Schnepfenthal.
Hr. H. Bauer aus Altona. 1
; G. Bauer aus Altona. 1
; F. Bernhauer a. Melsungen 1
Die Buchhandlung der Erziehungs-Anstalt. 10
Hr. G. Gebhardt aus Eschwege 1
; R. Geisler aus Gotha. 1
; G. H. Girtanner, Lehrer. 1
; Graf C. von Maltzahn aus Lissa. 1
; W. Meyer aus Memel. 1
; C. Moller, aus Bielefeld. 1
; Otto von Münchhausen aus Weimar. 1
; Freyh. Alfred von Oyen 1
; Prake aus Hamburg. 1
; Primavesi aus Münster. 1
; Salzmann, Director. 1
; Scheibler aus Antwerpen 1
; W. von Sobeck aus Berlin 1
; W. Steinberg aus Burtscheid. 1
; Th. Tetzner, Lehrer. 1
; A. Thilo aus Langensalza. 1
; G. Troistorff aus Montjoie 1
; Maxim. Troistorff aus Montjoie. 1
; G. C. F. Weissenborn, Mitarbeiter an d. Erziehungsanstalt. 1

Schoosdorf.
Hr. Hindemith, Cantor und Schullehrer. 1

Schorstädt.
Hr. Röhl, Prediger. 1

Ober-Schreibendorf.
Hr. Becker, Pastor. 1
" Venatier, Cand. 1

Schulpforte.
Hr. Chr. Roller, Tanzmeister 1

Seehausen.
Hr. Dr. Guthsmuths, Kreisphysikus. 1
" Osten, Conrector. 1

Segelitz.
Hr. Heidepriem, Schullehrer 1
" Wagener, Prediger. 1

Serno.
" Fingelberg, Pastor. 1

Sieversdorf.
Hr. Hermanni, Prediger. 1
" Thiedecke, Schullehrer. 1

Silberberg.
Hr. Pohl, Cantor. 1

Siptenfelde.
Hr. Bullmann, Pastor. 1

Steudiz.
" Burmann, Candidat. 1

Soest.
Hr. Bretling, Conrector. 1
" Coester. 1
" von Dolfs. 1
" Graf von Einsiedel. 4
" von Heidewolf. 2
" von Köckeritz, Capitain. 1
" von Michels. 1
" Müller, Pastor. 1
" Otterbein, Pastor. 1
" Rechenberg, Prem. Lieut. 1
" Röder, Studiosus. 1
" Rose, Subrector. 1
" Schmälder, Pastor. 1
Das Schullehrer-Seminarium. 1
" Seidenstücker, Director. 1

Sondershausen.
Hr. von Ziegler, Canzler. 1

Stendal.
Hr. Bartels, Gymnasiast. 1
" von Bismark, Gymnasiast 1
" von Bornstedt, Gymnasiast 1
" Freidank, Gymnasiast. 1
" Garlipp, Gymnasiast. 1
" Dr. Große, Conrector des Gymnasiums. 1
" Große, Gymnasiast. 1
" Haacke, Rector d. Gymnasium 1
" Hildebrand, Gymnasiast. 1
" Klee, Gymnasiast. 1
" Merz, der Handl. Beflissener 1
" Quehl, Gymnasiast. 1
" Reinecke, Gymnasiast. 1
" Steinthal, Gymnasiast. 1
" Templin, der Baukunst Beflissener. 1

Stettin.
Hr. Fischer, Cand. d. Theol. 1
" Kügeler, Kaufmann. 1

Steudnitz in Schlesien.
Hr. Alberti, Pastor. 1

Stollberg b. Achen.
Hr. Benrath, ref. Schullehrer 1
" Fasbender, ref. Schullehrer 1
" Seger, ref. Schullehrer. 1

Stralsund.
Hr. E. Gesellius, Subrector. 1
" Panck, Pachter. 1
" J. H. Pietsch, Kaufmann. 2
" J. H. S. Piper, Lehrer an der Industrieschule. 4

Strausfurt.
Hr. von Münchhausen, Landrath. 1

Stünzhayn.
Hr. Hempel, Pastor.

Stuttgart.
Hr. Batzing, Rechnungsrath.
" Braun, Handlungscommis
" Federer, Handlungscommis
" Gaup, Apotheker.

	Expl.
Hr. Gueinitz, Schullehrer.	1
: Goppelt, Handlungscommis	1
: Griesinger, Ober-Amtmann	1
: Holberger, Handl. Commis	1
Die Metzlersche Buchhandlung	5
Hr. Reuffer, Secretair.	1
: von Neurath, Präsident d. Ober-Regierung.	1
: Nördlinger, Ober-Finanz-Rath.	2
: Ostertag, Handlungscommis	1
: Rapp, Handlungscommis.	1
: Reichardt, Inspector im Königl. Cadetten-Institut.	1
: Reichenecker, Lehrer an d. weibl. Bildungsanstalt.	1
: Reichenecker, Hofmeister b. Herzog Wilhelm v. Würtenberg.	1
: Sauter, Waysenlehrer.	1
: Schedeler, geistl. Raths-Assessor.	1
: Stapf, Waysenlehrer.	1
: J. Fr. Steinkopf.	1
: Stump, Revisions-Assistent	1
: Tafinger, Vorsteher einer weibl. Bildungsanstalt.	3
: Tafinger, Probator.	1
: Wächter, Studiosus.	1
Das Königl. Waysenhaus	3
: Werner, Caffetier.	1
: Wolfram, Rechnungsrath.	1
: Wörz, Handlungscommis.	1
: Zoller, Schulinspector.	1
: Zollers Witwe, Kaufm.	1
Syrau.	
Hr. Albert, Pastor.	1
Swinemünde.	
Hr. Kastner, Burgermeister.	1
Theodorshalleb. Kreutznach	
Hr. Hout, Regier. Commiss.	1
Thorn.	
: Graf, Lehrer am Gymnasium	1

	Expl.
Trais-Horlofs.	
Hr. Creceling, Pfarrer.	1
Trunz.	
: Schirmacher, Prediger.	1
Tuchband.	
Die Schulen der Parochie.	1
Tubingen.	
Hr. Gaspar, Kaufmann.	1
: Heller, Apotheker.	1
: Hetsch, Stadtmusikus.	1
: C. F. Osiander, Buchhändl.	3
: Schutz, Amtspfleger.	1
Uedem b. Kleve.	
Hr. C. Conradi, Privatlehrer	1
: Mäuß, ref. Pfarrer.	3
Usingen.	
Hr. Reichardt, Schullehrer.	1
Ulm.	
Die Stettinsche Buchhandlung	3
Unna.	
Hr. C. A. Josepheoy.	2
Unterkochen.	
: Ammermüller, Kammer-verwalter.	1
Vanselow b. Demmin.	
Hr. von Maltzahn.	1
Velden.	
: Hofmann, Cantor.	1
Vierten b. Gladbach.	
Hr. Reuter, ref. Schullehrer.	2
Wausdorff.	
Hr. Puls, Superintend.	2
Weddern.	
Hr. Kirchner, Verwalter.	1
Weeze.	
: F. Ingenohl.	1
: Krafft, ref. Pfarrer.	1
: S. Peuchen.	1
Weimar.	
Das Gymnasium.	9
Die Hoffmannische Buchhandl.	3
Hr. Schmidt, Seminarist.	1

Weisenfels.

Hr. C. W. Braun, Seminarist 1
" Hansi, Seminarinspector. 1
" A. E. Herrmann, Seminarist 1
" C. Hilpert, Seminarist. 1
" J. E. Hofmann, Seminarist 1
" J. M. Leopold, Seminarist 1
" J. E. Polmächer, Seminarist 1
" J. A. Präßler, Seminarist 1
" H. E. Schrimpf, Seminarist 1
" H. Singer, Seminarist 1
" F. A. Voigt, Seminarist. 1

Werbig.

Hr. M. Mändl, Pastor. 1

Werden a. d. Ruhr.

Hr. Schiems, Vorsteher einer Erziehungsanstalt. 1

Wickrath.

Hr. P. Priester, ref. Schullehrer 1

Wied-Selters.

Hr. Schepp, Herzogl. Nassauischer Amtsverwalter. 1

Wien.

Hr. Glatz, Consistorial-Rath. 6
" Vincent Kritsch, Subdirector d. K. K. Convicts u. Professor ꝛc. 1
" Schaumburg u. Comp. Buchhändler. 10
Ein Ungenannter. 28

Nieder-Wiesa.

Hr. Neumann, Cantor.

Wiesbaden.

" Cramer, Stadtschultheiß im Nassauischen. 1
Hr. Kayser, Regierungsrath. 1
" J. de Laspée, Vorsteher d. Pestallozischen Schule. 1

Wilmersdorf b. Berlin.

Hr. Ritter, Prediger. 2

Winnenden.

Hr. Dr. Christmann. 1

Winterthur.

Die Steinersche Buchhandlung. 1

Worms.

Hr. Roller, Prof. am Gymnasium 1

Wriezen.

" Ulrich, Conrector. 1

Würtingen.

Hr M. Greiner, Pfarrer. 1

Würzburg.

Die Gymnasiusche Anstalt. 2

Wüsterhausen a. d. Dosse.

Hr. Schmarsow, Rector. 1
" Segnitz, Schulinsp. u. Pred. 1
" Wernicke, Burgermeister. 1

Zeitz.

Hr. Ackermann, Seminarist. 1
" M. Dähne, 3ter Lehrer an der Stiftsschule. 1
" Erhard, 1. Katechet. an der Stiftsschule. 1
" Hahn, Hauslehrer. 1
" Landmann, 5ter Lehrer an d. Stiftsschule. 1
" Landmann, Seminarist. 1
" M. Rebs, 4ter Lehrer an d. Stiftsschule. 1
" Seidel, Lehrer an e. Institut 1
" Theil, Seminarist. 1
" Weise, Seminarist. 1

Zerbst.

Hr. Frz Stenzel, Lehrer und Inspector an d. Hauptschule. 2

Zernitz.

Hr. Georgi, Prediger. 1

Zittau.

Hr. Pescheck, Ober-Lehrer an d. Freischule. 1

Züllichau.

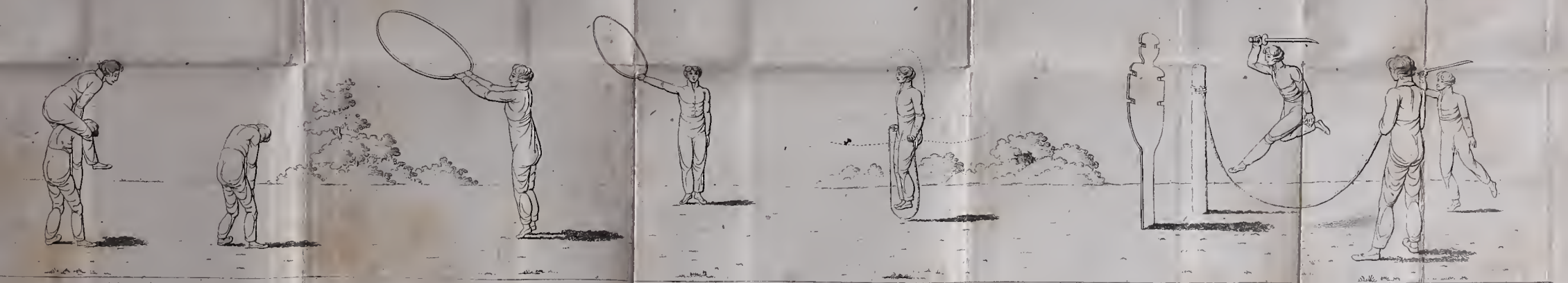
Hr. Darnmann, Buchhändl. 10

Zürich.

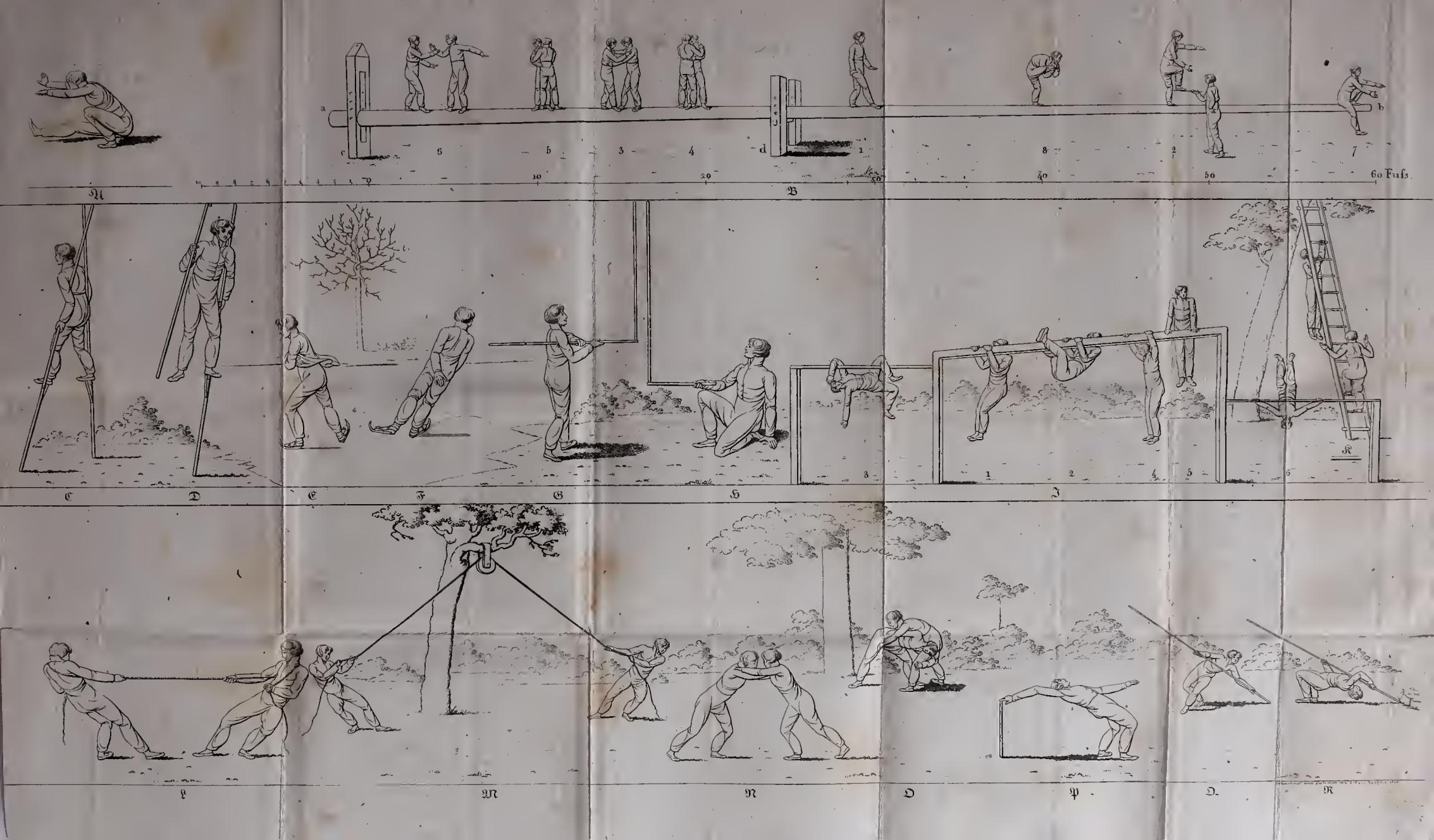
Hr. Orell, Füßli und Comp. Buchhändler. 10

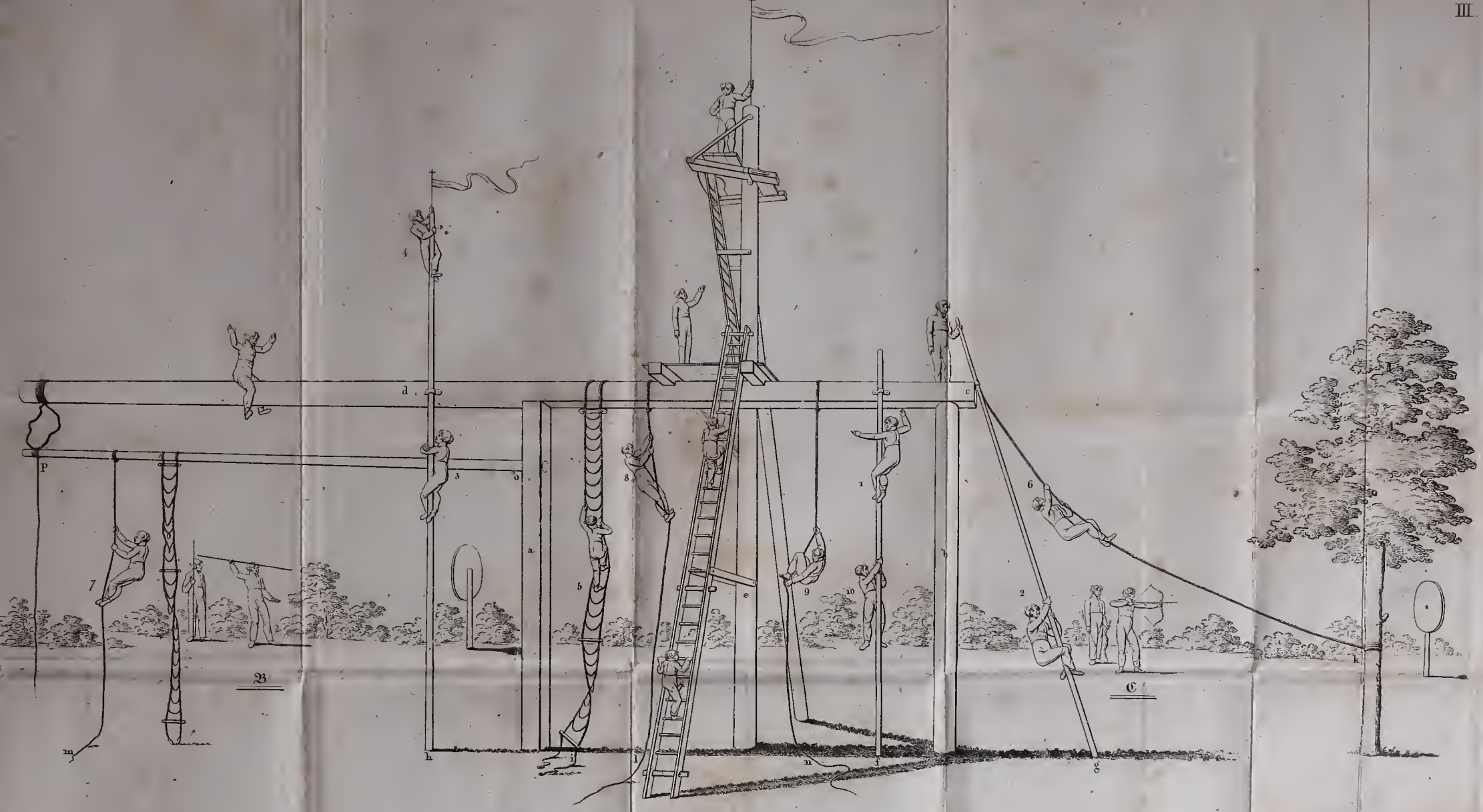
A B C D E F G

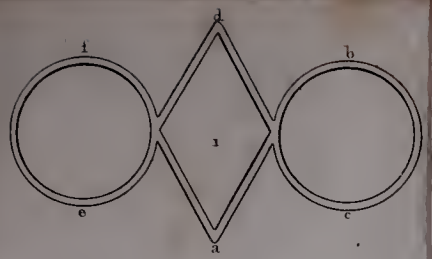
H J K 1 2 3 L



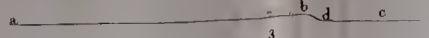
M N O P Q

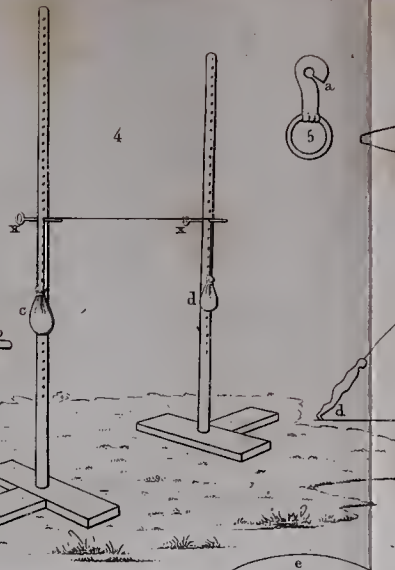

a
c
6
5
3
4
d
1
8
2
7
b
10
20
30
40
50
60 Fuſs.
A
B
C
D
E
F
G
H
3
1
2
4
5
6
J
K
L
M
N
O
P
Q
R


B
C
A
10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0
10
20
30
40
50 Fuſs

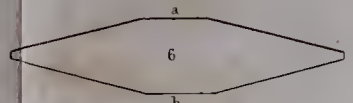

d
f
b
1
e
c
a

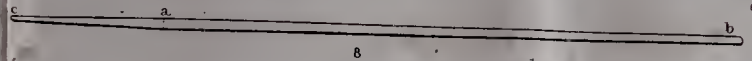
2

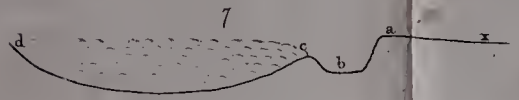

a
b
d
c
3

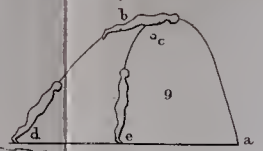

4
x
x
c
d

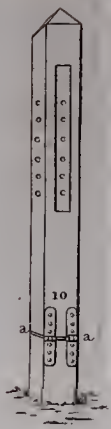
a
5

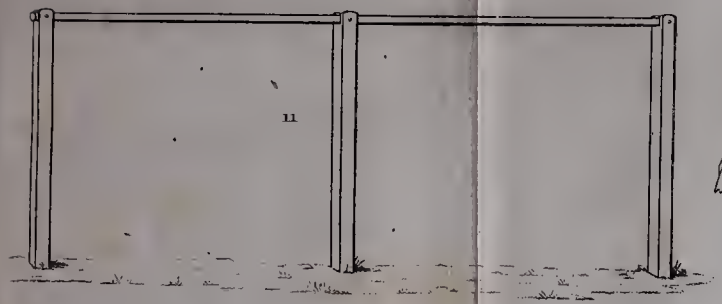

a
6
b

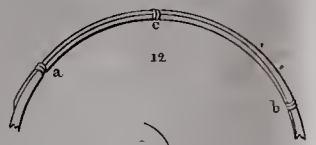

c
a
b
8

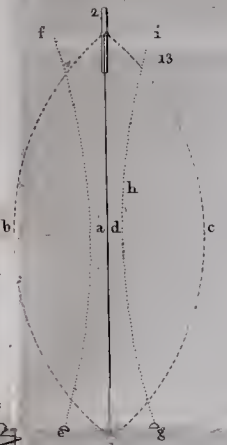

7
d
c
b
a
x

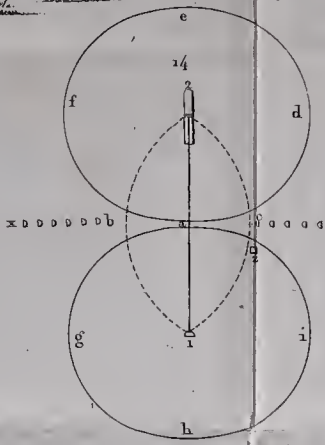

b
c
9
d
e
a

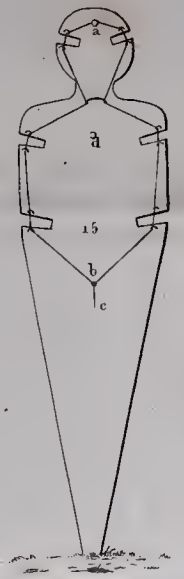

10
a
a


11


c
a
12
b


2
f
i
13
h
b
a
d
c
e
i
g

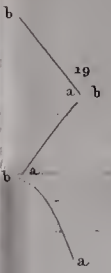

e
14
2
f
d
x
b
a
y
g
i
i
h

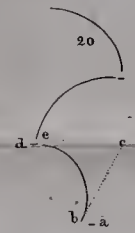

a
15
b
c

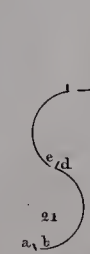
16
a

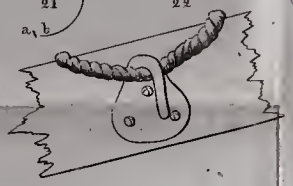
17
a
c

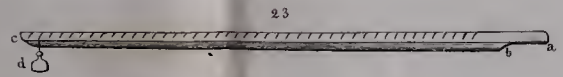
b
18
c

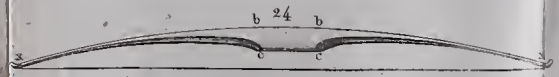

b
19
a
b
b
a
a

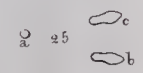

20
d
e
c
b
a


e
d
21
a
b


22


23
c
d
b
a


b
24
b
x
c
c


a
25
c
b

123452

3164